

Hanna Peltotupa

Mielelle rikasta, rakasta elämää ja käsille töitä:

Käsille tekemistä tarjoava tuote, jo muistisairaudessaan pidemmälle edenneille henkilöille.

Opinnäytetyö

Kevät 2016

SeAMK Muotoilun koulutusohjelma

Muotoilija (AMK)

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Muotoilun koulutusohjelma

Tutkinto-ohjelma: Muotoilija (AMK)

Suuntautumisvaihtoehto: LifeStyle-muotoilun suuntautumisala

Tekijä: Hanna Peltotupa

Työn nimi: Mielelle rikasta, rakasta elämää ja käsille töitä: Käsille tekemistä tarjoava tuote jo pidemmälle muistisairaudessaan edenneille henkilöille

Ohjaajat: Jaana Liukkonen ja Vuokko Takala-Schreib

Vuosi: 2016

Sivumäärä: 78

Liitteiden lukumäärä: 6

Opinnäytetyön tavoitteena oli tutkimuksen avulla selvittää, voidaanko tuotemuotoilulla lisätä hoivakodissa asuvien muistisairaiden elämän mielekkyyttä. Tutkimuksen pohjaksi hankittiin tietoa ikääntymisestä, muistisairauksista, hoivakäytännöistä ja aisteista sekä kirjallisuus- että verkkolähteistä.

Kysely- ja haastattelututkimuksilla kartoitettiin muistisairaiden erityistarpeita, hoivakodeissa käytössä olevia, mielekästä tekemistä käsille tarjoavia tuotteita, sekä näiden tuotteiden tarpeita. Lisäksi tutkimuksissa kartoitettiin käsityötrendiksi nousseen hypistelymuhvin käyttökokemuksia muistisairailla, sekä hypistelymuhvin hyviksi koettuja ominaisuuksia.

Tutkimustulosten pohjalta suunnitteluprosessissa syntyi kolme muotoilukonseptia: Virikekonseptissa valittiin kolme pelimäistä tuotetta, tarjoamaan mielekästä tekemistä käsille sekä yksi muistelutuote; rauhoittava-konseptissa valittiin kaksi turvallisuuden tunnetta lisäävää ja rauhoittamaan auttavaa tuotetta ja ryhmäkonseptissa yksi ryhmävirike-esine.

Valituista suunnitelmista valmistettiin prototyypit, joita testattiin yhteistyökumppanin, Lapuan kaupungin palvelukoti Jokilinnun asukkailla ja tehtiin havainnointitutkimus.

Tutkimukset osoittivat käsille mielekästä tekemistä tarjoavan tuotteen tarpeellisuuden ja aikuisuutta kunnioittavien virike-esineiden vähäisyyden. Muistisairas tarvitsee kaikille aisteille rikkaan, turvallisen ja ymmärtävien ihmisten ympäröimän lopuelämän, johon yhtenä osana kuuluu mielekäs käsillä tekeminen.

Avainsanat: hypistelymuhvi, hyvä elämä, ikääntyminen, dementia, tuotesuunnittelu

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: Degree Programme in design

Degree programme: Muotoilija (AMK), Bachelor of Culture and Arts

Specialisation: Lifestyle Design

Author/s: Hanna Peltotupa

Title of thesis: Mindful and precious life with manual activities: A product that provides manual activities for individuals with advanced dementia.

Supervisor(s): Jaana Liukkonen, Vuokko Takala-Schreib

Year: 2016

Number of pages: 78

Number of appendices: 6

The purpose of this study was to investigate if product design could help to enhance the quality of life of individuals who suffer from dementia and live in nursing homes. The research is based on knowledge about aging, memory disorders, care practices and the human senses, gathered from both literature and electronic sources.

Queries and interviews were used to map the special needs of individuals with dementia, the products, and the actual need for those products. We also surveyed demented people's experiences on using twiddle muffs, and which properties of the muffs were found positive.

Three different design concepts, where three game-like products were selected to offer meaningful manual activity, together with one selected with properties that enhance a feeling of security and help calm down; and the group concept where one stimulating product to be used in groups was selected.

Prototypes were then made of all the selected items and they were tested and an observation research was conducted with the residents of our collaborator, Lapua city care home Jokilintu.

The research showed the necessity of a product that offers meaningful manual activity, as well as the lack of stimulating products that is rich for the senses, safe, and surrounded by compassionate people. Meaningful manual activity is one essential element in it.

Keywords: twiddle muff, good life, aging, dementia, product design

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ	4
Kuva-, kuvio- ja taulukkoluettelo	6
Käytetyt termit ja lyhenteet	8
1 JOHDANTO	9
2 LAPUAN KAUPUNGIN PALVELUKOTI JOKILINTU	11
3 IKÄÄNTYMINEN JA MUISTI	13
3.1 Mitä vanheneminen tarkoittaa?	13
3.2 Yleisimmät muistisairaudet	15
3.3 Muistisairauden vaikutus toimintakykyyn	16
3.4 Muistisairaahan tarpeet.....	19
3.5 Muistisairaiden hoitomenetelmiä ja tulevaisuuden mahdollisuuksia ikäihmisten hyvinvoinnin lisäämiseksi	19
4 AISTIT JA NIIDEN MERKITYS	23
5 TUTKIMUS.....	25
5.1 Kyselytutkimus	26
5.1.1 Kyselytutkimuksen runko	27
5.1.2 Kyselytutkimuksen haasteet.....	27
5.1.3 Kyselytutkimuksen tulokset	28
5.1.4 Yhteenveto ja tulkinta.....	33
5.2 Haastattelututkimus.....	34
5.2.1 Haastattelututkimuksen runko ja osallistujat	34
5.2.2 Haastattelututkimuksen haasteet	36
5.2.3 Haastattelututkimuksen analyysi.....	37
5.2.4 Haastattelututkimuksen tulokset	37
5.2.5 Haastattelujen muut havainnot ja pohdinta	42
6 TUOTESUUNNITTELU	44
6.1 Virikekonsepti.....	45

6.2 Rauhoittava konsepti.....	46
6.3 Ryhmäkonsepti	46
6.4 Ideointi ja jatkokehittelyyn valinta	47
6.5 Prototyypit	53
6.5.1 Pelit.....	53
6.5.2 Muistelulaukku	55
6.5.3 Hevostyyny	56
6.5.4 Reppu	58
6.5.5 Pallokuja	60
7 Havainnointitutkimus	61
7.1.1 Havainnointitutkimuksen tulokset.....	61
7.1.2 Havainnointitutkimuksen haasteet	65
7.1.3 Käyttökokemukset 16 päivän testauksesta	66
8 YHTEENVETO JA POHDINTA	68
8.1 Ikääntyminen ja muistisairaus	68
8.2 Tutkimustuloksia	69
8.2.1 Tutkimustavoitteet ja tuotosten vastaaminen niihin.....	71
8.2.2 Tutkimusten luottamuksellisuus ja eettisyys.....	72
8.3 Pohdinta.....	73
LÄHTEET	75
LIITTEET	79

Kuva-, kuvio- ja taulukkoluetelo

Kuva 1. Hoivakodissa kovassa käytössä oleva hypistelymuhvi	28
Kuva 2. Helmi-, labyrinthi- ja pujottelupelit	54
Kuva 3. Muistelulaukku	55
Kuva 4. Hevostyynyn osat ja muhvin sisällä olevat esineet	56
Kuva 5. Hevostyyny eri puolilta	57
Kuva 6. Reppu eri puolilta	58
Kuva 7. Repun sisällä olevat pussit ja niissä olevat tavarat	59
Kuva 8. Ryhmätilanteen pallokuja ja säilytyspussi	60
Kuva 9. Pyöreän labyrinthipelin kokeilua	62
Kuva 10. Pallokujan testausta	63
Kuva 11. Muistelulaukuun tutustumista	65
Kuvio 1. Ikäihmisten voimavaroja ja mielenterveyttä tukevia asioita	14
Kuvio 2. Virike-esineen tärkeimmät tehtävät	32
Kuvio 3. Virike-konseptin osatekijät	45
Kuvio 4. Rauhoittavan konseptin osatekijät	46
Kuvio 5. Ryhmäkonseptin osatekijät	47
Kuvio 6. Pelimäisen virike-esineen luonnoksina	48
Kuvio 7. Muistelulaukun toiminta-ajatus	49
Kuvio 8. Rauhoittavan konseptin ensimmäinen idealuonnos	50

Kuvio 9. Luonnokset hevostyynyn kehityksestä	51
Kuvio 10. Luonnoksia repuista	52
Kuvio 11. Ryhmäpallon pelin luonnostelua	53
Taulukko 1. Dementian oireet	17
Taulukko 2. Muistisairauden eteneminen TunteVa®-toimintamallin mukaan	18
Taulukko 3. Virike-esineiden paremmuusjärjestyksiä	30
Taulukko 4. Kaikki vastausten virike-esineet	31
Taulukko 5. Dementian vaiheiden tarpeet.....	38
Taulukko 6. Muistisairaiden tarpeita ja tunnetiloja.....	39
Taulukko 7. Hoivakodeissa olevat virike-esineet ja tekeminen	40
Taulukko 8. Virike-esineiden ongelmat	41
Taulukko 9. Hoitajien ajatuksia	42

Käytetyt termit ja lyhenteet

Funktio	on esineen käyttötarkoitus.
Gerontologia	on ikääntymistä ja vanhuutta tutkiva monitieteellinen ala, josta löytyy esimerkiksi sosiaali- ja psykogerontologia. Lääketieteellinen erikoisala on geriatria.
Haptisuus	on esineen tuntuma kosketettaessa.
Heterogeeninen	tarkoittaa ryhmää jonka osat ovat erilaisia. Tälle vastakohdaksi on homogeeninen, jossa kaikki osat ovat samanlaisia.
Kontrasti	tarkoittaa vastakohtaa, erilaisuutta, ristiriitaa tai epäjärjestyttä yhdistettyjen asioiden välillä. Voimakkain värikontrasti on pääväreillä keltainen, punainen ja sininen sekä tumma–vaaleakontrastissa musta ja valkoinen.
Struktuuri	Tarkoittaa muuttumatonta rakennetta, josta pinta muodostuu, kuten neuleessa langan ominaisuudet.
Tekstuuri	tarkoittaa pinnan ulkonäköä, sen rosoisuutta tai sileyttä, kuten neuleessa neulomalla muodostunut pinta.

1 JOHDANTO

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on tutkimuksella selvittää, voidaanko tuotemuotoilulla lisätä hoivakodissa asuvien muistisairaiden elämän mielekkyyttä. Tutkimukseen pohjautuen suunnitellaan käsille tekemistä tarjoava tuote, joka voi viihdyttää, rauhoittaa tai lisätä turvallisuuden tunnetta. Suunnitellun tuotteen prototyypin avulla testataan, onko käsille tekemistä tarjoavalla tuotteella toivottua vaikutusta. Yhteistyökumppanina on Lapuan kaupungin tehostetun palveluasumisen yksikkö, palvelukoti Jokilintu. Tutkimuksen hyödyllisyys:

- Tutkimus on tarvelähtöinen, muistisairaille suunniteltuja, tekemistä käsille tarjoavia, turvallisia tuotteita on vähän.
- Tutkimus ja suunnittelu, mikä edistää ikäihmisten viihtyvyyttä ja hyvinvointia on yhteiskunnalle hyödyllistä.
- Tutkimus on ajankohtainen, kun vapaaehtoisten neulomat hypistelymuhvit ovat lyhyessä ajassa nousseet käsityötrendiksi, tarjoamalla luovan tavan itsensä ilmaisuun sekä uuden tuotteen hyväntekeväisyyden tekemiselle. Vapaaehtoisten neulomat hypistelymuhvit ovat päätyneet hoivakoteihin ympäri Suomea. Niiden käyttökokemusten selvittäminen kyselytutkimuksella on hyödyllistä tämän suunnitteluprosessin kannalta ja hypistelymuhvien jatkokehittelyn kannalta.

Tutkimusongelmana on muistisairaiden erityistarpeiden kartoitus ja käytännön hoitotyössä havaitut tarpeet ja ongelmat, jotka vaikuttavat suunniteltavan esineen muotoiluun.

Tutkimusmenetelminä käytetään haastattelu-, kysely- ja havainnointitutkimusta, joiden tuloksilla pyritään vastaamaan seuraavaan tutkimuskysymykseen:

- Millainen on tarvelähtöinen, hyvinvointia lisäävä, mielekäs tekemistä tarjoava tuote jo enemmän hoivaa tarvitseville muistisairaille?

Tuotesuunnittelun tavoitteena on valmistaa produktiona laadukas, hyvinvointia lisäävä tuote, huomioiden muistisairauden tuomat erityistarpeet sekä henkilökunnan sille asettamat käytännön kriteerit. Työn suunnitteluongelmana on materiaaleiltaan kestävä ja helppohoitoisen tuotteen suunnittelu ja valmistus. Kriteerinä on huomioida jo suunnitteluvaiheessa prototyypistä mahdollisesti myöhemmin jalostetun tuotteen kaupallistettavuus. Suunnittelulla pyritään vastaamaan kysymykseen:

- Millainen on hyvinvointia lisäävä, käsille tekemistä tarjoava, turvallinen ja helposti huollettava tuote?

Opinnäytetyön näkökulma on muotoilijan ja sosiaalialaa tuntemattomana ihmisen tutustumismatka ikäihmisten ja erityisesti muistisairaiden ihmisten arkeen ja heidän tarpeisiinsa.

2 LAPUAN KAUPUNGIN PALVELUKOTI JOKILINTU

Lapuan kaupungin vanhustyöhön kuuluvat kotihoito ja sen tukipalvelut, palveluasuminen, tehostettu palveluasuminen ja keittiöpalvelut. (Lapuan perusturvaorganisaatio, [viitattu: 7.4.2016].) Tavoitteena kaupungilla on tarjota lapualaisille ikäihmisille turvallinen, arvostettu, täysipainoinen elämä, esteettömässä ja luonnonläheisessä asumisympäristössä. Ihmisille, joille kotona asuminen ei enää ole mahdollinen, varataan riittävästi ympärivuorokautista palvelua tarjoavia, kodikkaita ja asiakaslähtöisiä palveluasumispaikkoja. (Lapua [viitattu: 7.4.2016].)

Palvelukoti Jokilintu on yksi Lapuan kaupungin tehostetun palveluasumisen yksiköistä. Tehostetussa palveluasumisessa asukas saa hoivaa ympäri vuorokauden. Tehostettu palveluasuminen on avopalvelua, josta asukas maksaa vuokran, hoitomaksun, ateriamaksun, veden, sähkön, pyykinhuollon ja siivouspalvelun. Palvelukoti Jokilinnussa on yhteensä 60 asukaspaikkaa, jaettuina neljään yksikköön, joissa kussakin on 15 asukaspaikkaa. Opinnäytetyön yhteistyökumppanina ovat Jokilinnun Kultaniitty-yksikön asukkaat ja osastonhoitaja Katri Lahdensuo, joka toimii myös Kultaniityn ja toisen yksikön, Niittyvillan esimiehenä.

Lahdensuo (2016) kertoo Lapuan vanhustyön ja näin myös Jokilinnun tärkeinä arvoina olevan asukkaan itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, omatoimisuuden ja elämänhallinnan kannustaminen sekä turvallisuudentunteen luominen. Hän kertoo hoivan pohjana olevan kansainvälisen RAI-toimintakykyarvion, jossa 80 arviointikohdan avulla mitataan ikäihmisen toimintakykyä. Sen tulosten mukaan tehdään hoito- ja palvelusuunnitelma yhteistyössä omaisten kanssa. Jokaisella asukkaalla määritetään omahoitaja, jonka yksi tehtävistä on toimia linkkinä omaisiin. Lapuan kaupunki on ollut mukana laatimassa ikäihmisten hoitoon ja hoivaan laatukäsikirjaa yhdessä ympäristökuntien sekä Etelä-Pohjanmaan Vanhustyön kehittämiskeskuksen kanssa. Laatukäsikirja toimii hyvän ja laadukkaan hoidon perustana. Hoitohenkilökunta on motivoitunutta ja sitoutunutta. Kaikki osallistuvat oman työn ja koko organisaation toiminnan kehittämiseen. Henkilökunnan jaksamisesta huolehditaan panostamalla koulutuksiin. Lahdensuo on myös tyytyväinen tämän vuoden 2016 alussa siirryttyyn moduulityöskentelyyn, jossa hoitovastuuta on jaettu uudella tavalla

hoitohenkilökunnan kesken. Jo nyt näkyy tuloksia kiireettömämpänä ja asukasläh-
töisempänä arkena. Hän myös toteaa vastuunjaon tekevän hoivatyön mielekkää-
mäksi. (Lahdensuo 2016.)

3 IKÄÄNTYMINEN JA MUISTI

Vanheneminen koskettaa jokaista. Pelottavaksi ajatuksen tekee epätietoisuus vanhuuden mukanaan tuomista vaivoista. Nuorekkuus on tässä ajassa tavoiteltavaa ja vanhuusaikaa pyritään kaikin keinoin siirtämään. Aiemmin keinutuoli on annettu lahjaksi eläkeikää lähestyvälle, vihjeenä elämänmenon rauhoittumisesta. Nyt sitä ei taideta pitää kovin miellyttävänä ikääntymisen muistuttajana. Radiohaastattelussa gerontologian dosentti Ulla Eloniemi-Sulkava (2015) määrittää vanhuuden alkavan 75–80-ikävuosien vaiheilla, toimintakyvyssä ilmenevien ongelmien myötä. Hän pohdii myös termiä vanhus ja kertoo kahdesta kotimaisesta tutkimuksesta, jossa vain joka viides 75- ja 85-vuotiaista hyväksyi itsestään määritelmän vanhus sen negatiivisten mielikuvien vuoksi. Eloniemi-Sulkavan mukaan termeinä parempia vaihtoehtoja ovat vanha ihminen tai ikäihminen. Tässä tutkimuksessa käytettävä termi ”hoivatyö” tarkoittaa sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaisten työtä. (Hirvonen 2015.) Samoin tässä tutkimuksessa käytetään termiä hoivakoti, joka tarkoittaa ikäihmisten asuin- ja hoitopaikkaa. Muita samaa tarkoittavia eri organisaatioiden itse valitsemia termejä ovat mm. vanhainkoti, hoitokoti, senioritalo, palvelutalo, -koti sekä ryhmäkoti (Kodin ulkopuolisessa hoidossa 2015).

3.1 Mitä vanheneminen tarkoittaa?

”Elämä on ihmisenä olemisen ymmärtämistä ja vanhenemisen oppimista” (Mäkinen, 2014). Kirjailija, uskonnon, filosofian ja psykologian opettaja ja perheneuvoja Kirsti Iäs (2014, 9) haluaa tuoda oman 78-vuotiaan ikäihmisen kuvakulman keskusteluun vanhenemisestä. Hänen huomionsa on, että tätä keskustelua käyvät etupäässä nuoret ihmiset ja ikäihmisten oma ääni jää kuulumatta. Iäs toteaa, että yleisesti ikäihmisiä pidetään yhtenäisenä harmaana massana, joka on kohta valtaamassa Suomen. Myös Eloniemi-Sulkava (2015) moittii tätä yhdeksi ryhmäksi niputtamista, koska tällä hetkellä ihmiset elävät yhä pitempään.

Heimonen (2013a, 1) kirjoittaa ikääntymisessä painotuksen olevan vahvasti eri ongelmissa ja yhteiskunnallisissa haasteissa. Hänen mukaansa tiedotusvälineissä

vanhuudesta annetaan mielikuva vaivojen ja toisten taakaksi joutumisen ajasta, mikä heijastuu ikäihmisten tapaan ajatella itsestään.

Tulevaisuuden näkymät ovat menossa haasteellisempaan suuntaan väestön ikärakenteen muuttuessa seuraavien vuosikymmenten kuluessa. Vuoden 2015 lopussa joka viides ja viidentoista vuoden päästä joka neljäs suomalainen on yli 65-vuotias. Suomen väestö vanhenee, samalla kun syntyvyys pienenee. (Tilastokeskus 2016; Yle 2016.)

läs (2014, 15–18) kertoo useimpien ihmisten toiveena olevan rauhallinen ja seesteinen vanhuus. Enää ei ajatella elämää eteenpäin vuosikymmenien, vaan vuosien päähän ja ajan arvo ymmärretään. Hän sanoo vanhuuden tuovan mukanaan vapautuksen monesta velvoitteesta ja elämäkokemuksen ja selviytymisien pohjalta vaikeitakin asioita voi olla helpompi käsitellä.

Vaivojen vastapainona ikääntyminen tuo mukanaan elämäkokemuksen antamaa viisautta ja voimavaroja, jotka yhdistettynä haavoittuvuuteen antavat vanhuudelle sen erityislaatuisuuden. Voimavaroja ja mielenterveyttä tukevat mm. oma elämähistoria, omat vahvuudet ja ympäristön vaikutus. Alla olevassa kuviossa 1 on lueteltu erilaisia voimavaroja. (Heimonen 2013a, 3,7–8; Fried 2013,17).



Kuvio 1. Ikäihmisten voimavaroja ja mielenterveyttä tukevia asioita

Sanotaan että vanhuus tulee harvemmin yksin. Fyysisiä vaivoja alkaa ilmetä kehon rapistuessa. Iäs (2014, 21, 30) kertoo voimien vähenemisen ja väsymisen olevan yksi vaiva, jota kohtaan tunnetasolla kapinoidaan. Hän sanoo masennuksen olevan aina lähellä vaanimassa ikäihmistä. Silti kaikki surumielisyys ei ole masennusta. Alakulo on myös suruprosessi, jossa surraan menetettyä ja opitaan hyväksymään muutokset. Tämän vuoksi omista huolista pitäisi aina voida puhua toiselle ihmiselle, oli ikä mikä hän jatkaa. Heinonen (2013a, 3) toteaa yksinäisyyden olevan sairauksien ohella monen ikäihmisten kokema taakka ja masennuksen aihe. Iäs (2014, 35–37) nostaa esiin arvottomuuden tunteen, kun oma elämäntyö ei tunnu olevan enää minkään arvoista. Ammattinimikettä ei ehkä enää ole tai työpaikka on hävinnyt ja rakennukset purettu. Hän muistuttaa kaikkien ihmisten toivovan palautetta ja arvostusta osakseen.

3.2 Yleisimmät muistisairaudet

Muistia on montaa eri lajia. Lähimuisti tallentaa viimeaikaiset tapahtumat ja säilömuisti on opittujen asioiden ja kokemusten säilytyspaikka, jonne lähimuistin tiedot siirtyvät. Säilömuistin osia taas ovat taitomuisti, tapahtumamuisti (elämänkertamuisti), tietoinen ja tiedostamaton muisti sekä työmuisti, jota käytetään tarkkaa asiaa tehtäessä. Muistisairaus tuhoaa lähimuistia. (Muistiliitto 2015a.)

Muistisairaus koskettaa pääasiassa iäkkäämpiä ihmisiä ja siitä voidaan puhua kansantautina sydän- ja verisuonitautien rinnalla. Eloniemi-Sulkava (2015) kuitenkin muistuttaa, että vaikka muistisairaus nähdään hyvin pelottavana asiana, kaksi kolmasosaa 85-vuotiaista saa nauttia elämästään ilman muistisairautta. Suomessa muistisairaita on noin 193 000, joista keskivaikeita ja vaikeita muistisairaita on 93 000. Joka vuosi todetaan noin 14 500 uutta sairautta. Työikäisiä muistisairaita on Suomessa 7 000–10 000. (Muistiliitto 2015b.)

Yleisin etenevä muistisairaus on Alzheimerin tauti. Muistisairaista tämän diagnoosin saa noin 60–70%. (Muistiliitto 2015b.) Alzheimerin taudin seurauksena aivoihin alkaa kertyä sakkaumia. Sakkaumat häiritsevät ja lopulta tuhoavat hermosolujen toimintaa. Oireet ovat moninaiset, eri potilailla yksilöllisiä ja sairauden puhkeamisen syy on useiden tekijöiden summa. Vielä ei tiedetä lopullisesti, miksi sakkaumia alkaa

kertyä, mutta huono ruokavalio ja varsinkin tyydyttyneet rasvat näyttävät altistavan Alzheimerin taudille. (Heikkinen 2016.) Pirkko Telaranta (2014, 19–20) kertoo kirjassaan *Muistisairauden kanssa*, Brittiläisen pitkäaikaisen seurantatutkimuksen todistavan terveiden elämäntapojen ja kohtuuden kaikissa asioissa suojaavan muistisairaudelta. Eloniemi-Sulkava (2015) kertoo vanhenemisen lisäävän sairastumisriskiä, ja tärkein riskitekijä on geeniperimä eli suvussa olevaa muistisairaus.

Toiseksi yleisin muistisairaus on verisuoniperäinen (vaskulaarinen) muistisairaus. Sitä on noin 20 % sairastuneista ja se nimensä mukaan liittyy aivojen verisuonten vaurioihin ja verenkiertohäiriöihin. Lewyn kappale -taudissa Lewyn kappaleiksi nimetyt löydökset kertyvät aivojen kuorikerroksen alueelle. Lisäksi on otsa- ja ohimolohkorappeumasta johtuvaa muistisairautta sekä joukko harvinaisempia muistisairauksia. (Muistiliitto 2015b.)

3.3 Muistisairauden vaikutus toimintakykyyn

Muistisairaus aiheuttaa monitahoisen oireiston, jota kutsutaan dementiaksi. Dementia ei itsessään ole sairaus, ja muistin häiriöiden lisäksi siihen liittyy myös henkisen tason ja toimintakyvyn heikkenemistä. (Telaranta, 2014, 27–28.) Taulukossa 1 on dementian eteneminen jaettu lievään, keskivaikeaan ja vaikeaan vaiheeseen. Dementian edetessä oireet lisääntyvät ja avun tarve kasvaa. Kaikissa vaiheessa on tunnusomaisia oireita. Taulukossa on myös mainittu mielen ja ruumiin hyvinvoinnista huolehtimisen tärkeys. (Hartikainen & Lönnroos 2008, 114; Muistiliitto 2013; Telaranta 2014, 27–67.)

Taulukko 1. Dementian oireet

Oireet		Tarve ja hyöty
Lievä dementia	<p>Muistihäiriöt: lähimuisti huononee, mutta tunteet ja tunnelmat pysyvät muistissa.</p> <p>Abstrakti ajattelu heikkenee: esim. ruuan laitto, lomakkeiden täyttäminen, rahan käsittely ja autolla ajo tulevat haastavammiksi</p>	<p>hyvä mieli</p> <p>Liikunta</p> <p>mieluisat harrastukset</p>
Keskivaikea dementia	<p>Arkiasioista selviäminen vaikeutuu: tarvitsee tukea ruuanlaitossa, kodinhoidossa, pukeutumisessa ja hygieniassa.</p> <p>Abstrakti ajattelu ja hahmotus vaikeutuvat. Ei tunnista sanoja tai ymmärrä kuulemaansa puhetta, vertaus tai vitsi jää ymmärtämättä, televisio ja peili voivat aiheuttaa virhetulkintoja ja puhuminen vaikeutuu.</p> <p>Kuitenkin kyky lukea säilyy pitkään.</p> <p>Aloitekyky, keskittymiskyky ja kätevyys heikkenevät, myöskään monimutkaiset asiat eivät enää onnistu.</p> <p>Voi ilmetä käytösoireita ja harhaluuloja.</p> <p>Ilmenee tarvetta liikkumiseen ja touhuamiseen, pikkuhiljaa kömpelyys lisääntyy, ihminen kangistuu ja askel mataloituu.</p> <p>Ei enää tiedosta sairastavansa, jolloin voi olla itselleen vaaraksi, kuten eksyy helposti.</p> <p>Turvattomuuden, pelon ja epäonnistumisen tunteet voimistuvat.</p>	<p>Itsetunnon ja identiteetin tukeminen</p> <p>liikunta</p> <p>muistelu</p> <p>taide</p> <p>tanssi</p> <p>laulu</p>
Vaikea dementia	<p>Mistään toimista ei selviä itsenäisesti: Ympäri vuorokautinen hoito.</p> <p>Itsensä hahmottaminen suhteessa muihin, aikaan ja paikkaan häiriintyy.</p> <p>Kuihtuu ruumiillisesti ja on lopulta vuodepotilas.</p> <p>Ei välttämättä tunnista ympäristöään tai läheisiään.</p> <p>Kyky tuottaa ja ymmärtää puhetta vaikeutuu ja lopulta katoaa.</p>	<p>kommunikointi</p> <p>lämpö ja hellisyys,</p> <p>äänen sävy,</p> <p>kehon kieli, eleet</p> <p>ja ilmeet,</p> <p>aikuisena pitäminen</p>

Muistisairas on sama ihminen kuin ennen sairastumistaan, mutta häneltä voi hävitä muiden ymmärtämät tavat ilmaista itseään ja ne täytyy korvata jäljellä olevilla keinoilla. Voidaan sanoa, että muistisairas ihminen on vaihtanut uuteen ”puhekieleen”, jota muut eivät aina ymmärrä. (Eloniemi-Sulkava 2015.) Käytösoireella tarkoitetaan toistuvaa käytöstä, joka on ulkopuolisesta häiritsevää ja jolla muistisairas reagoi, ilmaisee tunteitaan ja tarpeitaan tai yrittää kommunikoida. (Muistiliitto 2015a.) Sairaudesta ei etene suoraviivaisesti, vaan voi kulua vuosia, että välillä on oma itsensä ja toisena päivänä tai toisena hetkenä on omissa maailmoissaan. Tähän vaikuttavat

monet seikat. Oma persoonallisuus voi muuttua sairauden aikana päinvastaiseksi tai omat luonteenpiirteet voivat voimistua, kuten ujosta tulla ujompi ja äkäisestä äkäisempi. (Pohjavirta 2012, 46.)

TunteVa®-toimintamalli määrittelee muistisairauden etenemisen vaiheet hyvin kansankielisesti ja kuvaavasti neljään vaiheeseen. Kuviossa 3 kuvataan hyvin, mitä eri vaiheissa tapahtuu (Pohjavirta 2012, 46). Tarkempi TunteVa®-toimintamallin kuvaus on luvussa 3.5.

Taulukko 2. Muistisairauden eteneminen TunteVa®-toimintamallin mukaan

Alkuvaihe	muistisairas pyrkii olemaan kuten ennenkin ja hallita omaa elämäänsä
Ajan ja paikantajun hämärtymisen vaihe	muistisairas viettää aikaansa tunne-muistoissa
Toistuvien liikkeiden vaihe	liike korvaa puhumisen
Sisäänpäin kääntymisen vaihe	vetäytyy omaan maailmaan ja sulkee ulkomaailman pois

Tunnemuistia voidaan kuvata ihmismielen vertaamisella taloon, jossa on paljon huoneita, kaappeja, laatikoita ja rasioita. Pienimpiä tavaroita ei ole helppo löytää isosta tavaramäärästä. Samoin on muistin laita, mutta jokin aistiärsyke voi hetkessä nostaa muiston ja sen hetkisen tunteen esiin kuin vahingossa löydetyn pienen esineen. (Semi 2004, 104.)

Eloniemi-Sulkavan (2015) mukaan muistisairaus kohtelee naisia ja miehiä samalla tavalla. Hän toteaa sairauden henkisen vaikutuksen riippuvan paljon ihmisen asenteesta itseensä ja elämäänsä. Kuitenkin jokaiselle muistisairaus aiheuttaa huolta, kaaosta, pelkoa oman elämänhallinnan menettämisestä sekä häpeää, Eloniemi-Sulkava sanoo. Hän mainitsee häpeäntunteen onneksi vähentyneen, muistisairauden yleisen tietoisuuden lisääntyttyä. Tärkeänä ennalta ehkäisevänä neuvona kaikille hän kehottaa kohtaamaan ja käsittelemään elämän vastoinkäymiset ja mutkat pois

mieltä painamasta heti niiden tullessa vastaan. Tämä on tehtävä siksi, että käsittelemätön paha olo voi nousta pintaan muistisairaana, eikä silloin syytä välttämättä enää tunnista.

3.4 Muistisairaahan tarpeet

Eloniemi-Sulkava (2011) kirjoittaa muistisairaahan tarvitsevan turvallisen ympäristön ja sairautta ymmärtävän ihmisverkoston ympärilleen. Ihminen haluaa, että hänen tarpeisiinsa vastataan myös muistisairaana, hän jatkaa. Tärkeitä tarpeita on saada olla aikuinen ihminen, hallita omaa elämää, kokea hauskuutta, arvostusta ja myötätuntoa, Eloniemi-Sulkava (2011) luettelee. Hän kertoo myös tarpeesta virikkeelliseen ympäristöön. Pohjavirta (2012, 30) kertoo turvallisuuden tunteen, itsensä hyödylliseksi tuntemisen, itseilmaisun ja tunteiden jakamisen tarpeesta. Myös kuulluksi tulemisen tunne on tärkeä tarve.

Lahti (2016) sanoo muistisairaahan haastavan käytöksen saattavan johtua jostakin tarpeesta, jota hän ei osaa kertoa. Tärkeänä apuna hoitajille on muistisairaahan ja hänen elämänsä historian tunteminen. Esimerkiksi koti-ikävä on enemmän kaipuuta tuttuun ja turvalliseen aikaan kuin ehkä jo tyhjillään olevaan taloon. Muistisairaahan elämä on jatkuvasti mahdollottoman outoa, kun ei muista missä on, eikä tunne ketään, mutta silti saattaa tunnistaa laitospäivien ympäristön sairaalaksi, mikä aiheuttaa hätäännystä ja epätietoisuutta, miksi on joutunut sairaalaan. (Lahti 2016.) Siksi muistisairaalle paras ympäristö on mahdollisimman kodinomainen ja omilla tutuilla tavaroilla sisustettu. Pohjavirta (2012, 29) sanoo inhimillisten perustarpeiden ja tunteiden säilyvän loppuun saakka, myös muistisairaille. Hän luettelee perustunteiksi onnellisuuden, hämmästyksen, pelon, surun, vihan ja inhon.

3.5 Muistisairaiden hoitomenetelmiä ja tulevaisuuden mahdollisuuksia ikäihmisten hyvinvoinnin lisäämiseksi

On paljon tutkimuksia, hankkeita ja toimintamalleja, joilla pyritään parantamaan ikäihmisten elämänlaatua. Oriveden hoivapalveluyhdistys ry:n viidessä pilottiyksikössä, vuosina 2008–2010 toteutetussa Logos-projektissa, yhtenä tavoitteena oli

luoda muistisairaille tarkoituksellista arkea Logoterapeuttisen hoitomallin avulla. Tässä voimavaralähtöisessä näkökulmassa kiinnitetään huomiota iäkkään ihmisen vahvuuksiin, taitoihin ja kykyihin. Siinä korostetaan mahdollisuuksia ja itsensä toteuttamista sekä keskitytään ratkaisuihin ongelmien sijaan. Tarkoituksellisuutta voidaan tuntea tekemisestä, kokemisesta ja asennoitumisesta, vaikka toimintakyky olisi jo heikko. Keskeinen asia toiminnassa on ikäihmisen näkemysten tavoittaminen vuorovaikutuksella ja elämänhistorian tuntemisella. (Heimonen 2013b, 48–49.)

TunteVa®-toimintamalli on suomalainen vuorovaikutusmenetelmä, joka pohjautuu Yhdysvaltalaisen Naomi Feilin kehittämään validaatiomenetelmään, jossa sen aikaisen hoitokäytännön vastaisesti ei yritetty pitää muistisairaita kaikin keinoin reaalitodellisuudessa. Naomi Feil piti muistisairaana omaa tunnetta ja kokemusta todellisuudesta yhtä aitona ja hyvänä. Menetelmä tuli Suomeen 1980-luvun lopulla. TunteVa®-toimintamallissa pyritään olemaan läsnä ja eläytymään muistisairaana tilanteeseen, luoden hyvien kokemusten avulla pikkuhiljaa luottamuksellista suhdetta. Siihen päästään olemalla rehellinen ja aito, arvostamalla muistisairasta, hänen ajatusmaailmassaan vierellä kulkien, kuuntelemalla ja ottamalla tunteet vastaan ja sanoittamalla tunteita hänen puolestaan. (Pohjavirta 2012, 22–24.)

Eloniemi-Sulkava (2011; 2015) on osoittanut tutkimuksella, että ihmislähtöinen toimintatapa on vaikuttavaa ja tuottaa säästöjä. Hänen mukaansa suomalaista hierarkkista hoitojärjestelmää, jossa kehitetään erilaisia rakenteita ja systeemejä, sanelleen ylhäältä päin, miten annetaan hoivaa ja tukea, pitäisi muuttaa enemmän ihmislähtöiseksi.

Vertailukohdaksi Eloniemi-Sulkava (2015) antaa Keski-Eurooppalaisen tarvelähtöisen tavan toimia. Yksi laajasti huomiota saanut muistisairaiden hoitomuoto löytyy Hollannista. Hogeweyssä on 1,5 hehtaarin kokoinen kylä, jossa muistisairaajat asuvat. Kaikilla on oma asunto ja pieni puutarha. Kylässä on vain yksi lukittu ovi valvotussa aulatilassa, josta pääsee kylän ulkopuolelle. Kodit on ryhmitelty ja sisustettu seitsemän elämäntyylin mukaan. Jokainen asuu itselle tutussa kulttuuriympäristössä. Esimerkiksi yläluokan hoitajat käyttäytyvät kuin palvelijat ja kulttuurikotilaiset harrastavat teatteria. Kylästä löytyy puisto, kampaamo, teatteri, kauppa ja kahvila. Rahasta ei muistisairaiden tarvitse huolehtia ja kaikki asiat on huolellisesti suunnit-

teltu tukemaan turvallisuuden tunnetta. Yksi tärkeimpiä asioita turvallisuuden kannalta on suuri avustajien määrä. Muistisairaita auttavia hoitajia, muuta henkilökuntaa ja vapaaehtoisia. Aukkaat mieltävät asuvansa omissa kodeissaan ja voivat hyvin. (Haavisto 2014.)

Green Care eli vihreä hoiva on puolestaan elämlähtöinen, toiminnallinen hoitomuoto Euroopasta. Siellä hoivakotilaisten osallistumisesta mautilojen toimintaan on saatu hyviä kokemuksia. Ikäihmiset ruokkivat kanoja, antavat lampaille heinää, kitkevät rikkaruohoja yms. Tuloksena on ollut toimintakyvyn ja hyvinvoinnin lisääntyminen. Myös Suomessa toimii Green Care-yhdistys ja sillä on hankkeita asiansa eteenpäin viemiseksi. Suomessa vihreän hoivan hoitomuodoksi voi laskea lemmikkieläinterapiat, hoivakodeissa vierailevat ystäväkoirat ja monessa hoivakodissa asustavat kissat. Täältä löytyy myös hoivakoteja, joissa on puutarhanhoito otettu enemmän asukkaiden viriketoiminnan kohteeksi. Mautilaterapian leviäminen Suomeen toisi tullessaan lisähyötynä pientiloille uuden elinmahdollisuuden ja perinmaisemien lisääntyvän vaalimisen. (Heikkinen 2012.)

Multisensorinen toiminta tarkoittaa useille aisteille yhtä aikaa tarjottavaa miellyttävää kokemusta (Papunet 2015). Toiminnasta kerrotaan tarkemmin kappaleessa 4. Muistisensoriseen toimintaan liittyy ajatus luonnosta hoitavana elementtinä. Kaunis luonto tarjoaa yhtä aikaa kaikille aisteille koettavaa ja siksi luonnossa liikkuminen hoitaa ihmistä kokonaisvaltaisesti. Koska hoivakodissa asuva huonokuntoinen ikäihminen ei pääse aivan helposti koskemattomaan luontoon, ehdotus luonnon tuomisesta hoivakotiin voisi olla ratkaisu. Tila jossa voi seurata seinälle heijastettua isoa videokuvaa luontomaisemasta, kuunnella luonnon ääniä, tilassa tuoksuisi luonto ja käsille olisi tarjolla miellyttävää tunnusteltavaa. Jos luontovideo vielä näyttää ikäihmisille tuttuja maisemia, liittyyisi muistelu vahvana elementtinä mukaan. Tärkeää olisi luonnon oma hidas, kiireetön rytmi. (Peltotupa 2016.)

Tähän asti asioita on tarkasteltu vain ikäihmisten ja muistisairaiden kannalta, mutta tarpeen on myös huomioida hoitohenkilökunnan jaksaminen. Honka (2011, 7–8) kirjoittaa lähitulevaisuuden ongelmasta, hoivan tarvitsijoiden määrän kasvusta, kun samaan aikaan sosiaali- ja terveysalan henkilöstön ikärakenne on keskimääräistä vanhempaa, mistä seuraa eläköitymisen vuoksi työntekijöiden vähenemistä tulevai-

suudessa. Hän ehdottaa uhkaavaan henkilöpulaan yhdeksi ratkaisuksi luovien alojen ottamista mukaan hoivatyöhön, jolloin hoivakäytännöt rikastuisivat ja asukkaiden elämänlaatu paranisi. Honka (2011, 9) sanoo tulevaisuuden ikäihmisten hoivaongelman vaativan kaikkia mahdollisia keinoja, kuten teknologian enenevää käyttöönottoa, toimitapojen kehittämistä sekä kampanjointia asenteiden muuttumiseksi ja omaisten vastuun näkemiseksi. Näillä toimilla hoitohenkilökunnan taakkaa saataisiin kevenemään ja alan arvostus kasvaisi.

4 AISTIT JA NIIDEN MERKITYS

Aisteilla muodostamme käsityksen ympäristöstämme ja vastaanotamme tietoa. Kokemukset ja elämykset tulevat useimmin näön, kuulon ja hajuaistin, niin kutsuttujen kaukostaisten välityksellä. Lähiaistit, tunto- ja makuaisti, viestivät sananmukaisesti kehon läheltä. Kehoaistit taas kertovat, mitä kehossa tapahtuu. Niitä ovat liike-, asento- ja tasapainoaisti. (Burakoff, [viitattu: 13.3.2016].)

Muistisairauksiin kuuluvat ongelmat hahmottamisen kanssa. Esimerkiksi valkoisen riisipuuron syöminen valkoisella pöydällä olevalta valkoiselta lautaselta on haastavaa. Samoin löytää vaalean seinän keskellä olevaa vaaleaa ovea. Siksi värikontrastit ovat tärkeitä. Toisaalla vaaleassa lattiassa oleva tummempi koristelaatta voi hahmottamisvaikeuden takia näyttää kuopalta tai muurilta. (Lahti 2016.)

Tuntoaisti on ihmisen elämässä aisteista ensimmäinen ja myös viimeinen. Sitä tarvitaan kävelemään oppimisessa ja se on tärkeä suoja vaaroilta, kuten itsensä polttamiselta tai palelluttamiselta. Tuntoaistilla on vahva vaikutus ajatuksiin ja tunteisiin. Tutkimuksissa on osoitettu, että lämmin kuppi kädessä tekee asenteestamme myönteisemmän. Turvallinen kosketus rauhoittaa, lisää kiintymystä ja vahvistaa läheisiä suhteita. Ikääntyessä tuntoaisti alkaa heiketä. Kipu ei ole niin vahvaa kuin nuorella. Koska kaikki muutkin aistit heikkenevät, tuntoaistin merkitys korostuu. Kun luontainen koskettaminen puolison ja lasten osalta vähenee, pitäisi ikäihmiselle tietoisesti tarjota enemmän kosketusta. (Thomsen 2015a; Burakoff, [viitattu 13.4.2016].) Ihminen on aina tiennyt, että kosketuksella saa aikaan hyvää oloa. Tutkimuksissa on osoitettu, että kädestä pidettäessä verenpaine laskee, ja halaaminen suojaa stressiltä ja tulehduksilta. Rukousnauhat ovat hyvä esimerkki ihmisen tarpeesta koskettaa itse ja sen rauhoittavasta vaikutuksesta. Jokainen ihminen aistii tietysti eri tavoin ja vireystilasta riippuu, kuinka juuri sillä hetkellä kokee aistimansa asiat. (Thomsen 2015b.) Toisen ihmisen kunnioitus kuitenkin vaatii selvittämään jokaisen oman henkilökohtaisen alueen, ennen kuin ryhtyy halailemaan. Kuinka lähelle saa tulla fyysisesti ja henkisesti, Pohjavirta (2012, 33) muistuttaa.

Tuntoaistia hyödynnetään rauhoittumisen ja keskittymisen apuvälineissä. Ihoon kohdistunut laaja-alainen paine rauhoittaa. Ylivilkkaille lapsille on painoliivejä ja painotyynyjä tähän tarkoitukseen. (Lindblom 2015, 28.) On myös painopeittoja, jotka auttavat lisäksi parantamaan kehon tietoisuutta. Peittoja on käytössä myös ikäihmisillä. (Sundberg 2013, 17.) Lahti (2016) kertoo dementiaan loppuvaiheessa yhtenä ongelmana olevan omien rajojen tiedostamisen häviäminen, tähän painopeitosta on apua. Tutumpia painotuotteita ovat hartian lämmittimet, joita voi valmistaa itse, lisäämällä kauransiemeniä kangaspussiin ja lämmittämällä pussia hetken mikrossa, jolloin painon lisäksi lämpö auttaa rentoutumaan ja näin hoitaa hartiavaivoja.

Haptiisit. Tuntoaistia käytetään välineenä sosiaalishaptisessa kommunikaatiossa, joka on kahden henkilön jaettu haptiiseja vuorovaikutustilanteessa. Haptiisit ovat merkityksellisiä liikkeitä ja koskettamisia keholle. Käytännössä se on esimerkiksi tilan, reitin, esineen muodon tai esineiden määrän hahmottamista, tuntemalla sen toisen piirtämänä omalle iholle, kuten selkään tai käsivarteen. Silloin syntyy kommunikaatiota. Haptiiseista hyötyvät varsinkin kuulo- ja näkövammaiset sekä kommunikaatio- tai hahmottamisvaikeuksista kärsivät. Niitä voivat myös kaikki tehdä omaksi ilokseen, ikään katsomatta. Kosketuksella viestien voi rauhoittaa tai aktiivoida osallistujaa. (Lahtinen ja Palmer 2014, 10–11.)

Multisensorinen toiminta. Multisensorinen toiminta on monialaista ja tieteellisesti tutkittua toimintaa, jolla tarkoitetaan eri aistikanavien kautta tulevien miellyttävien aistimusten ja elämysten yhteisvaikutusta. Elämystiloiksi tai aistihuoneiksi kutsutut tilat ovat multisensorisen toiminnan työvälineitä, joissa pyritään kaikkien aistien aktivoimiseen. Siellä on kiinnostavaa katseltavaa, kuuluu rauhallista musiikkia tai luonnon ääniä, tuntoaistille on miellyttäviä pintoja ja muotoja kosketettavaksi, tilassa tuoksuu hyvälle ja sieltä löytyy hyvää syötävää ja juotavaa. Yhteisvaikutuksesta syntyy miellyttävä, rento vireystila, joko itsekseen oleskeluun tai vuorovaikutukselle. Tässä olotilassa opitaan ja luodaan, rakennetaan itseluottamusta ja lievitetään stressiä. Sillä hoidetaan tunteita ja vähennetään henkistä painetta. Tämä menetelmä tekee kaikille hyvää, mutta eniten siitä hyötyvät ihmiset, joilla on aistien kanssa jotain häiriötä. (Papunet 2015.)

5 TUTKIMUS

Tämän työn tutkimus on laadullista tutkimusta. Metsämuuronen (2011, 220) kirjoittaa kvalitatiivisen, eli laadullinen tutkimusotteen olevan hyvä silloin, kun halutaan tietää yksittäisiä rakenteita, eikä niinkään olla kiinnostuneita, miten rakenteet ovat jakautuneet. Laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää ymmärtää vastaajan näkökulma. Tutkimuksessa yksittäisten henkilöiden kokemukset järjestetään ja ryhmitellään niin, että niistä tehty johtopäätökset voidaan siirtää yleiselle käsitteelliselle ja teoreettiselle tasolle. Yleisimpiä tiedonkeruumenetelmiä laadullisessa tutkimuksessa ovat haastattelut, kyselyt, havainnointi ja eri dokumentteihin perustuva tiedonkeruu (Tuomi & Sarajarvi 2009, 71.)

Haastattelututkimuksia on kolmea lajia. Strukturoidussa lomakehaastattelussa, haastattelun kysymykset ja haastattelun kulku ovat hyvin tarkkaan määritelty etukäteen, puolistrukturoidussa teemahaastattelussa kysymykset ovat kaikille samat ja laadittu tutkimuksen ongelman mukaisiksi teemoiksi, mutta kysymysten järjestyksellä tai kysymysten yhtä suurella painoarvolla ei ole niin tärkeää roolia. Kolmantena haastattelulajina on syvähaastattelu, josta käytetään myös nimeä avoin haastattelu. Täysin strukturoimattomana se on ilmiökeskeinen, jossa haastattelun kulkua ei määritetä etukäteen. (Tuomi & Sarajarvi 2009, 74–76.) Tässä työssä tehdään puolistrukturoitu teemahaastattelu muistisairaiden hoitajille Etelä-Pohjanmaan alueella.

Haastattelututkimuksen lisäksi tehdään Survey kyselytutkimus Webropol kyselylomake -sovelluksella. Survey kyselytutkimuksen tavoite on satunnaisotannalla valitun edustavan, tutkimuskohteena olevan joukon ilmiöiden esiintymisten, jakautumisen tai ominaisuuksien yleisyyden selvittäminen. Sen lähtökohdat ovat määrällisessä eli kvantitatiivisessa tutkimuksessa, mutta se voidaan analysoida myös laadullisesti. (Jyväskylän yliopisto 2015.)

Havainnointitutkimuksessa havainnoidaan valmistetun prototyypin käyttöä muistisairailla palvelukoti Jokilinnussa Lapualla. Tuomi ja Sarajärvi kirjoittavat (2009, 81) havainnoinnissa olevan eroteltavissa kolme lajia:

- Vähiten käytetty havainnoinnin muoto on piilohavainnointi, jossa tutkija osallistuu toimintaan ryhmän jäsenenä ja salaa tutkimuksellisen tarkoituksen.
- Havainnointia ilman osallistumista käytetään silloin kun vuorovaikutus ei ole tutkimuksessa tärkeää.
- Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija toimii aktiivisesti tutkittavien kanssa ja osallistumisen aste voi olla joko nolla tai 100 %.

Haastattelu ja kyselytutkimusten aineistot analysoidaan sisällön analyysi menetelmällä. Tuomi ja Sarajärvi (2009, 91) kertovat sisällön analyysin olevan laadullisen tutkimuksen perusmenetelmä, jonka avulla voidaan tehdä monenlaista tutkimusta. Sisällönanalyysissä aineistosta erotetaan tutkimuksen kannalta tärkeät asiat, ryhmitellään teemoittain ja tehdään yhteenveto (Tuomi & Sarajärvi 2009, 92). Metsämuuronen (2011, 253–254) muistuttaa tutkijaa kiinnittämään huomionsa siihen, ettei anna omien ennakkokäsitysten ohjata analyysiä ja näin tehdä tutkimusta arvottomaksi. Hän kertoo aineiston abstrahoinnista, joka tarkoittaa tutkimusaineiston hajottamista käsitteellisiksi osiksi ja niiden uudelleen kokoamista niin että yksittäiset asiat siirtyvät yleiselle käsitteelliselle ja teoreettiselle tasolle.

5.1 Kyselytutkimus

Internetin välityksellä tehtävä kyselytutkimus on paras työkalu tavoittamaan hoitohenkilökunnan näkemyksiä muistisairaiden hypistelymuhvien käytöstä. Kyselytutkimuksessa pyritään selvittämään myös muita käytössä olevia virike-esineitä sekä niihin liittyviä tarpeita. Hypistelymuhvit ovat muistisairaiden käyttämiä uusia tuotteita, joiden käyttökokemuksia ei ole vielä paljoa kartoitettu. Hoivakodit ovat ympäri Suomea saaneet hypistelymuhveja lahjoituksina.

5.1.1 Kyselytutkimuksen runko

Osallistujat. Kyselytutkimus tehtiin Webropol kyselylomake -sovellukseen. Se lähetettiin sähköpostilla 91 hoivakotiin johtajalle, vastaavalle hoitajalle, osastonhoitajalle tai sairaanhoitajalle. Saatteessa pyydettiin välittämään kysely muistisairaiden parissa työtä tekeville. Seuraavaksi kyselyn linkki julkaistiin Suomen Geronomiliitto ry:n kotisivuilla ja Facebook-sivuilla; Vanhustyön keskusliitto ry:n Facebook-sivuilla; Yksityisen Sosiaali- ja Terveysalan Ammattilaiset ry:n Facebook-sivulla sekä Muis-tiliitto ry:n Facebook-sivuilla. Kysely levisi myös heidän sähköisen uutiskirjeensä mukana 44 jäsenyhdistykselle. Kysely avattiin 23.2.2016 ja se suljettiin 13.3.2016, joten se oli auki 20 päivää.

Kysymykset. Kyselyssä oli 9 monivalintakysymystä ja kaksi avointa kysymystä. Kyselyllä kartoitettiin hypistelymuhvin käyttöä ja sen hyviä ominaisuuksia. Pyrittiin selvittämään hoivakodeissa käytössä olevia ja parhaimmiksi koettuja ”virike-esineitä” sekä tilanteita, joissa ne ovat eniten hyödyksi. Lopuksi haluttiin avoimilla kysymyksillä selvittää miesten käyttämiä virike-esineitä sekä hankkia tietoa uusien virike-esineiden tarpeista ja tilanteista, joihin virike-esinettä kaivattaisiin. Virike-esine termiä avattiin saatesanoissa kertomalla, että lainausmerkit viestivät virike-esine-sanan merkityksen avartamista myös muuhun kuin aktivoivaan toimintaan, kuten esimerkiksi rauhoittavaan vaikutukseen, lohdutukseen tai kommunikaation välineeksi. Kyselyn kautta tuli palautetta termin antamasta väärästä mielikuvasta, liittyen sanan yhteneväisyyteen virikekanalan kanssa. Siitä huolimatta työssä käytetään termiä virike-esine, mutta sen lisäksi voidaan puhua mielekästä tekemistä tarjoavasta tuotteesta. Kyselylomake ja se alussa oleva saatekirje on liitteessä 1.

5.1.2 Kyselytutkimuksen haasteet

Kyselytutkimus osoittautui haastavaksi vastauksien saamisen osalta. Henkilökohtaisesti sähköpostilla lähetettyyn kyselyyn vastasi vain murto-osa. Internetin, asiaan liittyvien eri yhteisöjen sivut ja Facebook-sivut tavoittivat suurimman osan 46 vastaajasta. Muistutuksia kyselystä lähetettiin eri kanavia pitkin kolme kertaa. Kysely avattiin kaikkiaan 243 kertaa, mutta mikä oli syynä vastausten vähäisyyteen?

Syinä saattoivat olla:

- Hoitajien kiireinen työ, jolloin ei ole aikaa vastailla kyselyihin.
- Kyselyn haastavuus. Muistisairaat ovat yksilöitä, voi olla, että kaikki pitävät eri asioista, jolloin virike-esineiden paremmuusjärjestykseen laittaminen ei ollut edes mahdollista.
- Kysymysten asettelu samalle sivulle, antoi vaikutelman kovasta vastausurakasta, joka saattoi karkottaa vastaajia.
- Kyselyn avasi henkilö, joka ei ole työssä muistisairaiden hoitajana.

5.1.3 Kyselytutkimuksen tulokset

Kyselytutkimuksessa Webropol-ohjelma teki analyysin suurimman työn, luokittelemalla vastaukset ja vain avoimet kysymykset teemoitettiin ja luokiteltiin käsin. Kuitenkin yksittäiset vastaukset olivat haettuja kiinnostuksen kohteita, siksi mitään ei jätetty pois, eikä vastauksia muokattu yleiselle käsitteelliselle tasolle kuin vasta yhteenvedossa. Kyselytutkimuksen analyysi on kokonaisuudessaan liitteessä 2.

Kyselyyn vastasi 45 naista ja yksi mies. Vastaajista suurin osa oli iältään 26–45-vuotiaita. Noin 40 % vastaajista oli lähi/perushoitajia. Vastaajien hoivakodit sijaitsivat ympäri Suomea, mutta eniten vastaajia oli Länsi-Suomesta, yli 40 %. Kahdella kolmasosalla kyselyyn vastaajista oli hypistelymuhveja käytössä muistisairailta.

Hypistelymuhvit. Kyselytutkimuksessa kartoitettiin hypistelymuhvin käytännön hyötyä. Muistisairaiden mieltymykset ovat yksilöllisiä, kuten kaikilla ihmisillä, siksi tuloksia ei voi pitää kovin yleistettävänä, mutta ehkä ne antavat joitain suuntaviivoja.



Kuva 1. Hoivakodissa kovassa käytössä oleva hypistelymuhvi

Hypistelymuhvi (twiddle muff) on ideana lähtöisin Englannista ja Suomeen idean on noin vuosi sitten tuonut kulttuurisihteeri Sari Suvanto Joensuusta. Hypistelymuhvi (kuva 1) on neulottu tai virkattu tuubi, jonka molemmista päistä voi pujottaa kädet sisään. Muhvissa voi olla kiinnitettynä koristeita sekä ulko- että sisäpinnassa. Hypistelymuhvi voi olla myös ommeltu kankaasta tai huovutettu lampaan villasta. (Ruotsalainen & Suvanto 2015.)

Kyselytutkimuksen vastaukset hypistelymuhvin osalta:

- Kysely osoittaa hypistelymuhvin hyödyllisyyden, sen tuodessa iloa 7–8 muistisairaalle kymmenestä.
- Hypistelymuhvi rauhoittava vaikutus on yksilöllinen.
- Reilua puolta muhvin käyttäjistä se kiinnostaa pitempäänkin ja puolet käyttäjistä myös kiintyy hypistelymuhviin.
- Hypistelymuhvi vetoaa voimakkaammin naisiin. Myös miehistä osa pitää muhvista.
- Eniten hypistelymuhvista hyötyvät muistisairauden ”toistuvien liikkeiden vaiheessa olevat” asukkaat, seuraavaksi eniten hyötyy osa ”itseensä kääntymisen vaiheessa olevista” muistisairaista. Vähiten muhvista oli hyötyä muistisairauden alkuvaiheessa oleville.
- Hypistelymuhvin tekstuurin ja struktuurin vaihtelu sekä värikkyys koettiin tärkeäksi.
- Paksumpaa ja tukevampaa pidettiin jonkin verran ohutta ja taipuisaa parempana.
- Erilaiset koristeet olivat hyvin tärkeitä sekä ulko- että sisäpuolella. Koristeissa isot ja selkeät muodot olivat tärkeämpiä kuin pienet koristeet, vaikka pieniä koristeita olisi enemmän. Tärkeänä pidettiin myös kovien materiaalien käyttöä koristeissa.

Muut käytössä olevat virike-esineet. Hoivakodeissa on käytössä eniten pehmoeläimiä, 82 % vastaajista. Yli puolella hoivakodeista löytyi palapelejä ja nukkeja. Vajaa puolet piti tyynyä hyvänä virike-esineenä. Tosin tämä tulos ei ole todenmukainen, koska joka hoivakodista löytyy tyynyjä, mutta niitä pidetään enemmän apuvälineenä kuin virike-esineenä ja siksi saatettiin jättää pois.

Hoivakodeista 42 % oli luonnonmateriaaleja käytössä. Taulukossa 3 on esitetty, kuinka moni on valinnut kyseisen esineen omassa paremmuusjärjestyksessään yläpalkin mukaiselle sijalle.

Parhaimpina virike-esineinä pidetään pehmoeläimiä, palapelejä, nukkeja, luonnonmateriaaleja ja tyynyjä. Vastauksessa muu on yksi vastaaja luokitellut neljänneksi tärkeimmäksi esineeksi muun, mutta jättänyt kertomatta mikä kyseinen esine on.

Taulukko 3. Virike-esineiden paremmuusjärjestyksiä

	1.sija	2.sija	3.sija	4.sija	yhteensä
Pehmoeläin	7	8	5	2	22
Nukke	4	3	4		11
Tyyny	4	5	2	2	11
Painopeitto	1	2			3
Palapeli	4	3	4	4	15
Palikat	2			4	6
Eri materiaaliset kankaat	1		4	3	8
Luonnon materiaalit	3	3	1	4	11
Lankakerä ja puikot	1				1
Virikelipasto	1				1
Tuoksu/ tunnustelupussit		1			1
Muu				1	1

Taulukossa 4 ovat kaikki vastauksien virike-esineet, ryhmiteltyinä koviin ja pehmeisiin materiaaleihin. Taulukosta näkyy, että ”virike-esineeksi” voidaan luokitella monenlaisia asioita, kuten taideteokset seinillä. Taiteen ja kulttuurin onkin tutkimuksissa todettu antavan myönteisiä vaikutuksia sekä psyykkiseen että fyysiseen terveyteen (Petäjämäki 2014, 16).

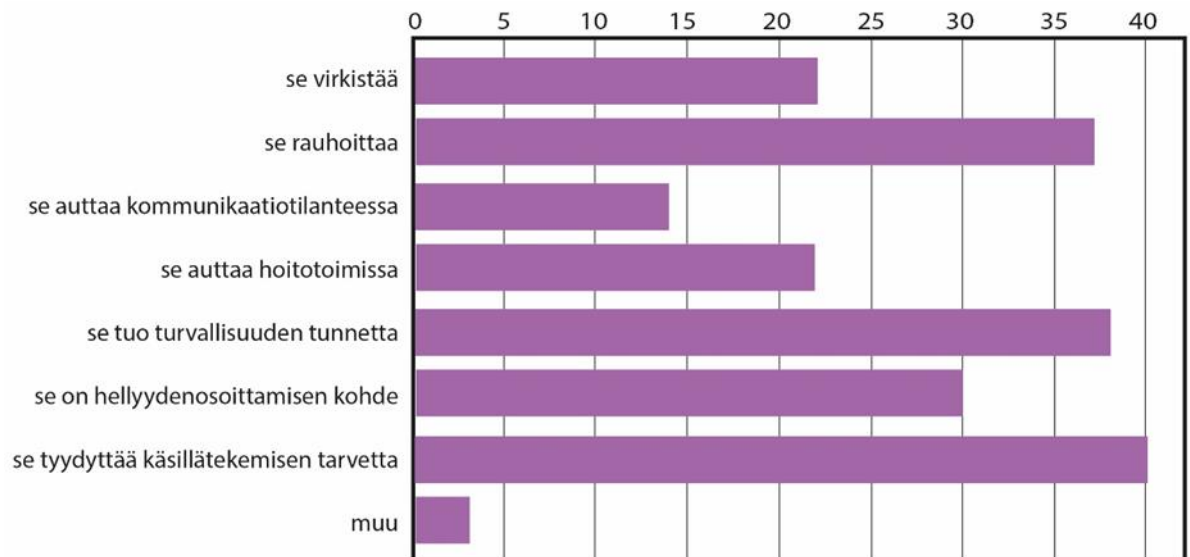
Taulukko 4. Kaikki vastausten virike-esineet

Pehmeät materiaalit	Kovat materiaalit
pehmoeläimet, erikseen mainittiin kissa, huovutettu possu ja lehmä	palapelit
tyyny	nukke
painopeitto	palikat
eri materiaaliset kankaat	luonnon materiaalit
lankakerä ja puikot	tuoksu ja tunnustelupussit
eri materiaaliset pienet tyyny	virike-lipasto
hanskat	hamstrauslaatikot
pehmeät pallot	virikeliina, jossa nappeja, vetoketjuja yms.
”taikahiekkaa”	kirjat ja lehdet
	kampauspöytä koruineen ja kampoineen
	valoefektiesineet ja taideteokset seinillä
	käsilaukku sisältöineen

Kuviossa 2 on kuvattu virike-esineiden hyödyllisimmät tehtävät, jotka ovat

1. käsillä tekemisen tarpeen tyydyttäminen
2. turvallisuudentunteen lisääminen
3. rauhoittava ominaisuus
4. hellyyden osoittamisen kohde.

Vastauskohdassa muu, virike-esineen tärkeänä tehtävänä mainittiin myös omaehtoinen mielekäs toiminta ja hypistelymuhvin hyödyllisyys estämässä asukasta raapimasta itseään.



Kuvio 2. Virike-esineen tärkeimmät tehtävät

Miesten käyttämän virike-esineet. Kyselytutkimuksessa kysyttiin avoimella kysymyksellä miesten käyttämiä virike-esineitä. Niitä koettiin olevan vähän. Miehet käyttävät tuttuja arjen tavaroita kuten kukkarot, avaimet ja kaukosäätimet. Heitä kiinnostaa pelit ja palapelit. Peleistä mainittiin erityisesti Fortuna ja Kimble. Tekniikka on mielenkiintoista, mutta turvallista tekniikkaa on vähän tarjolla. Jos on tehnyt elämäntyönsä käsillään, tekemisen tarve on suurta myös hoivakodissa. Hoivakodeissa käytössä olevista työkaluista mainitaan ruuvit, mutterit, kulmaraudat, ruuvimeisselit, yms. Ruuvitorni mainittiin. Se on isokokoinen ruuvi, johon kierretään muttereita.

Miehet osallistuvat arjen askareisiin, kuten lattian lakaisemiseen ja pihatöihin vuodenajan mukaan. Nurmikkoa leikataan lykättävällä ruohonleikkurilla, haravoidaan sekä talvisin lumitöitä lumilapiolla. Sisällä luetaan lehtiä, katsellaan kuvia ja televisiota sekä kuunnellaan musiikkia. Ryhmätilanteissa miehet pitävät pallopeleistä ja tietokilpailuista. Hoiva ja turvallisuuden tunne ovat tärkeitä, siitä kertovat miehillekin virike-esineiksi luetellut pehmoeläimet, nuket ja painopeitto. ”Autokisojen kisakatso-
mon järjestäminen ja sohvalle syöminen”, vastaus kertoo huumorista ja kotoilun oivaltamisesta.

Vastauksissa korostettiin oikeiden töiden tekemisen tärkeyttä, enemmän kuin pallikoilla leikkimistä. Esimerkkinä mainitaan oikeiden autosien korjaaminen.

Asukkaiden sairauden yksilöllinen eteneminen näkyy vastauksissa. Muistisairauden alkuvaiheessa olevilta, oikeiden työkalujen käyttö luonnistuu, mutta myöhemmin ne voivat olla vaaraksi heille itselleen tai vierustoverille.

Mitä virike-esinetarpeita on? Isoin ”virike-esine” -tarve hoivakodeissa on saada päivän ”tyhjiin hetkiin” aikuisuutta kunnioittavaa, arjesta ammentavaa, omatoimista puuhaa käsille. Esineen tulisi olla helposti esille otettava, helppokäyttöinen ja tarjota hiukan haastetta, onnistumisen kokemuksen saavuttamiseksi. Toiveena oli miehille puhdetöitä ja tekniikkaa turvallisessa muodossa ja ilman lapsellisuutta. Apuvälinettä rauhoittumiseen ja turvallisuuden tunteen antajaa kaivattiin ja muisteluun uutta apukeinoa sekä ryhmätilanteisiin rauhoittavaa tekemistä käsille. Yhtenä erityistarpeena oli asukkaalle annettava huomion kiinnittäjä helpottamaan hoitotoimia.

5.1.4 Yhteenveto ja tulkinta

Hypistelymuhvista on iloa isolle osalle käyttäjistä, joten niitä kannattaa edelleen lahjoittaa hoivakoteihin ja tarjota muistisairaille. Muhvi on enemmän naisten mieleen, johtuen ehkä sukan kutomisen tuttuudesta ja omien lapasten käytön muistoista. Miehistä osa käyttää hypistelymuhvia, ja paras kohderyhmä ovat keskivaikeassa ja vaikeassa dementian vaiheessa olevat muistisairaant. Hyvä hypistelymuhvi on kestävä, tukeva, moninainen ja värikäs.

Hoitajien näkökulmasta virike-esineiden kestävyys ja turvallisuus ovat tärkeitä. Hoivakodeissa on hypistelymuhvien lisäksi virike-esineinä tuttuja lasten maailman tavaroita, kuten pehmolelut ja pelit. Luonnon materiaaleja hyödynnetään sekä arjen tuttuja tavaroita. Virike-esineen tärkein tehtävä on antaa käsille tekemistä, seuraavaksi tärkein tuoda turvallisuuden tunnetta, rauhoittaa sekä olla hellyyden kohde.

Hoivakoteihin kaivataan aikuisuutta kunnioittavaa, oikeaa ja haasteellista tekemistä käsille sekä apua rauhoittumiseen. Miesten virike-esineet ovat pääasiassa arjen esineitä ja niihin liittyviä askareita. Käytettävyyys ja turvallisuus ovat tärkeitä teknisiä asioita. Muistelu ei noussut selkeästi näkyviin tuloksissa, johtuen varmasti isolta osin siitä, että sitä ei ollut vaihtoehtona monivalintakentässä, mutta vastauksissa puhuttiin esimerkiksi miesten maatalouskuvien tai urheilukuvien katselusta ja uusia

tapoja muistella toivottiin, eli kyllä niitä käytetään, varsinkin kun muistelua painotetaan paljon tämän päivän hoivatyön eri toimintamalleissa.

5.2 Haastattelututkimus

Haastattelututkimus on tavoitteellista, etukäteen suunniteltua informaation keräämistä. Tiedonhankinnalle haasteellisemmän haastattelusta tekevät ihmisten persoonallisuudet, heidän motivaationsa sekä kohtaamistilanteet ja paikat. (Hirsjärvi ja Hurme 2001, 42.) Kyselytutkimukseen verrattuna, haastattelun etu on sen joustavuus. Kysymysten järjestystä voidaan muuttaa, niitä voidaan tarkentaa tai korjata väärinkäsityksiä, ja samalla havainnoimalla tulkita tilannetta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 73.)

Tässä työssä käytetään puolistrukturoitua haastattelua, jossa kysymykset ovat määritetty tutkimusongelman pohjalta, mutta haastattelun eteneminen on vapaata ja painopiste on haastateltavan kokemuksen mukainen.

Koska ollaan tekemisissä ihmistutkimuksen kanssa, eettiset kysymykset on huolellisesti hoidettava. Eettisyyteen kuuluu vapaaehtoinen osallistuminen tutkimukseen ja lupa keskeyttävät milloin tahansa. Tutkijan kuuluu kertoa tutkittaville tutkimuksen tavoitteet, menetelmät ja turvata heidän oikeutensa ja hyvinvointinsa. Luottamuksellisuus tarkoittaa, ettei tietoja luovuteta ulkopuolisille tai käytetä muuhun tarkoitukseen, eikä henkilöllisyyttä paljasteta, ellei siihen ole erillistä lupaa. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 125, 131.) Haastattelun onnistumisen kannalta on hyvä antaa vastaajien tutustua kysymyksiin tai haastattelun teemoihin jo etukäteen, jolloin vastaukset ovat pohditumpia. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 73.) Näin toimittiin myös tässä tutkimuksessa.

5.2.1 Haastattelututkimuksen runko ja osallistujat

Suunnittelutyön pohjaksi haluttu muistisairaiden tarpeiden kartoitus oli käytännössä vuosien ammattitaidon ja kokemuksen tuoman tiedon hankkimista hoitajilta. Se onnistuu parhaiten kohtaamalla kasvokkain haastattelutilanteessa, jolloin vastaukset

ovat rikkaampia ja syvempiä verrattuna kyselyn vastauksiin. Haastattelututkimus tehdään Etelä-Pohjanmaan alueella ja sillä etsitään muistisairaiden erityistarpeiden lisäksi tietoa virike-esineisiin liittyvistä käytännön ratkaisuista hoivakodeissa.

Haastatteluun osallistui 10 hoivakotia Etelä-Pohjanmaan alueelta. Mukana oli sekä julkisia että yksityisiä organisaatioita. Jokaiselle hoivakodille lähetettiin kysymysten teemat etukäteen ja toivomus yhden tai useamman muistisairaiden kanssa työskentelevän hoitajan osallistumisesta haastatteluun. Etukäteen lähetetyssä kysymyslomakkeessa kerrottiin haastattelun kestävän puoli tuntia ja sen olevan luottamuksellinen. Mitään nimiä tai hoivakodin tunnistettavia tietoja ei julkaista, haastateltavilta kysytään nimimerkki, työnkuva ja työkokemus muistisairaiden parissa työskentelestä. Haastattelu kuvataan, mutta videonauhoitus hävitetään vastaustietojen kirjaimisen jälkeen. Kysymyslomake on liitteessä 3.

Puolistrukturoitu haastattelu tehtiin pääasiassa viikolla 9 ja yksi tehtiin viikolla 10. Haastattelussa oli viisi tutkimusongelman pohjalta nousevaa teemaa, mutta haastattelun aikana edettiin eri kohdissa vapaasti, eikä haastateltavien kanssa keskitytty niihin kaikkiin samassa laajuudessa, vaan heidän kokemuksensa ja kiinnostuksensa mukaan.

Teemat. Haastattelussa käytiin läpi seuraavia teemoja:

- muistisairauden eri vaiheet ja niihin liittyvät erityistarpeet
- hoivakodin virike-esineet naisilla ja miehillä
- ongelmat virike-esineiden suhteen
- mitä puuttuu, mihin tilanteeseen kaivataan virike-esinettä
- huomioitavat asiat suunnittelulle käytön kannalta.

Osallistujat. Haastatteluun osallistui yhteensä 19 naista. Yhdessä hoivakodissa haastateltavia oli mukana haastatteluhetkessä kolme, kuudessa kodissa oli mukana kaksi hoitajaa ja neljässä hoivakodissa vastaajia oli yksi. Vastaajista kuusi on toiminut työssään muistisairaiden parissa yli 27 vuotta. Muilta löytyi työkokemusta muistisairaiden hoidosta vuodesta yli kahteenkymmeneen vuoteen.

Haastateltavien ammatit

- kuusi lähihoitajia
- neljä perushoitajaa
- osastonhoitaja
- geronomi
- viriketoiminnanohjaaja
- viriketoiminnanohjaaja/sairaanhoitaja
- sairaanhoitaja.

5.2.2 Haastattelututkimuksen haasteet

Tavoitteena oli hankkia mahdollisimman erilaisia käytäntöjä, siksi jokainen haastattelupaikka valittiin eri paikkakunnalta, ympäri Etelä-Pohjanmaata. Ensimmäinen haaste oli tavoittaa haastateltavat ja madaltaa kynnystä toimia asiantuntijana haastattelusta. Tästä syystä ei rajattu haastatteluun osallistujien määrää, mikä osoittautuikin hyväksi ratkaisuksi. Hirsjärvi ja Hurme (2001, 63) kirjoittavat ryhmähaastattelun olevan tehokas tapa saada enemmän tietoa ja säästää aikaa.

Ryhmähaastattelutilanteessa haastateltavat toimivat toiselleen muistin virkistäjinä ja kokemusten jakajina, mistä seurasi ajatusten kehittelyä, ideoiden rikastumista ja asiantuntijan rooli voitiin jakaa. Toinen haaste oli löytää kiireisille hoitajille sopiva aika puolen tunnin haastatteluun. Kaikille sopi iltapäivä paremmin, jolloin aamun rutiinit ja päiväsyömiset olivat pois alta.

Tämä merkitsi, että haastattelupaikkojen etäisyys ja siirtymisajat mahdollistivat vain kahden haastattelun tekemisen päivässä. Aluksi haastattelun pituudeksi määriteltiin tunti, mutta se oli liian pitkä aika olla pois työstä. Aika puolitettiin, mikä osoittautuikin sopivan pituiseksi ajaksi käydä kysymykset läpi.

Hoivakodit numeroitiin haastattelujärjestyksen mukaan, mutta koska tiedolla siitä, kuka missäkin hoivakodista on sanonut mitä, on epäolennaista, päätettiin haastattelun analyysissa käsitellä vain asiasisältöä. Myös haastattelu suorituspaiikka oli pieni haaste hoivakodeissa. Monessa haastattelussa käytettiin, asukkaan luvalla,

hänen huonettaan tai haastattelu suoritettiin sivummalla olevassa yleisillassa. Yhdessä haastattelu sujui mukavasti tiskikoneen täytön yhteydessä ja toisaalla huoneen asukas nukkui päiväunia haastattelun aikana (haastateltavan lähiomainen), mistä seurasi hilpeyttä litterointivaiheessa, taustalta kuuluvasta tasaisen kuorsauksen johdosta.

5.2.3 Haastattelututkimuksen analyysi

Kuten kyselytutkimuksessa, käytettiin myös haastattelututkimuksessa sisällön analyysiä aineiston tulkitsemisessa. Ennen analyysivaihetta videoitu haastattelu litteroitiin, eli kirjoitettiin puhtaaksi. Litteroinnissa keskityttiin asiasisältöön, eikä otettu mukaan elekielen tulkintaa. Litteroidun tekstin purkaminen ja uudelleen ryhmittely onnistui parhaiten ison käsitekartan avulla. Myös Metsämuuronen (2011, 257), kertoo käsitekartan olevan hyvä apu sisällön analyysissä, sen visuaalisuuden takia. Silloin näkee kaiken kokonaisuutena ja myös seikat jotka eivät ole oleellisia. Käsitekartan kokoamisessa apukysymyksinä käytettiin haastatteluteemoja. Pitkistä luettelomaisista vastauslistoista yhdisteltiin samaa tarkoittavat vastaukset ja listan asiat teemoitettiin alaluokiksi ja niistä yhdistettiin muutaman sanan yläluokat. Tuloksia verrattiin aikaisempiin vaiheisiin, yleistetyn asian pysymiseksi alkuperäiselle aineistolle uskollisena. Käsitekartta on liitteessä 4.

5.2.4 Haastattelututkimuksen tulokset

Muistisairauden vaiheessa, kun ajan ja paikan taju hämärtyvät dementian takia, ovat arjen rytmi, ohjaus ja rauhoittelu keinoja arjen sujumisen. Dementian edetessä, toistuvien liikkeiden vaiheessa, on tärkeää turvallinen ja virikkeellinen ympäristö. Viimeisessä vaiheessa kommunikointi on haastavaa, ja hellyyden osoitus tärkeää (taulukko 5).

Taulukko 5. Dementian vaiheiden tarpeet

Kun aika ja paikka eivät pysy muistissa	arjen tuttu tasainen rytmi muistot turvallisuus
Toistuvien liikkeiden vaiheessa	enemmän perään katsomista liikunta huomion siirtäminen muuhun asiaan turvallinen ympäristö
sisäänpäin kääntymisen vaiheessa	kommunikointi hankalaa, mutta tärkeää elämänhistorian tunteminen hyvä perushoito hoiva ja syli, tuntoaisti korostuu tutut hoitajat, tuttu ääni, turvallisuus

Isoja tarpeita ovat rauhallinen ja turvallinen ympäristö sekä itsensä toteuttamisen mahdollisuus. Muistisairas tarvitsee kaikille aisteilleen virikkeitä. Haastatteluista nousi esiin myös isoja tunnetiloja, kuten ikäihmisen voimavarojen vähyys ja sen kunnioittaminen ja toisaalta muistisairaudesta mukanaan tuomat aloitekyvyn sekä pitkäjännitteisyyden puute. Negatiivisena tunteena on usein läsnä ahdistus, joka aiheutuu paljon muistisairaudesta (Taulukko 6).

Taulukko 7. Hoivakodeissa olevat virike-esineet ja tekeminen

	alaluokka	yläluokka	
Käytössä olevat virike-esineet	muistipelit, Fortuna-peli, Kimble-peli, nupilliset palapelit pehmokissat, -koirat, -lehmät ja -lampaat, nuket kirjainpalikat, iso ruuvi ja mutteri, hypistelymuhvit	Lelumaisuus	Oma aiempi elämä
	lippalakki, laukku, kello, kaukosäädin, avaimet, kännykkä, hypistelymuhvit, omat huonekalut	Omat tavarat	
	valokuvat, muistelukortit, pussin päältä tunnisteltavat esineet, hypistelymuhvit	Muistelu	
	tiskaaminen, viikkaaminen, lakaiseminen, pölyjen pyyhkiminen, puutarhatyöt	Kotiaskareet	
	Bingo, tietokilpailut, pallon heitto, hernepussin heitto, jumppa, muistelu, laulaminen, hartaudet, tanssit	Sosiaalinen kanssakäyminen	
	kutominen, huovutus, helmien punonta, askartelut, värittäminen, piirtäminen, kutominen kangaspuilla	Itsensä toteutus	
Tekeminen			

Virike-esineen ongelmista suurimpia ovat niiden puuttumisesta tai vähäisyydestä johtuvat työn puute sekä riidat. Huonolaatuisesta virike-esineestä on enemmän vai-
vaa, kuin hyötyä. Silloin hoitajien työmäärä kasvaa jatkuvan vahtimisen vuoksi. Hy-
pistelymuhvien saama kritiikki johtui juuri osien irtoamisen vaarasta.

Virike-esineen ei saa olla liian kova, toisille aiheutuvan vaaran takia, eikä liian peh-
meä nukkuessa itselle syntyvän tukehtumisvaaran vuoksi. Muistisaira on omat ra-
joitteet vaativat virike-esineeltä eri ominaisuuksia, yleisimpiä näistä ovat helppo pes-
tävyys ja hyvä värikontrasti huononäköiselle (taulukko 8).

Taulukko 8. Virike-esineiden ongelmat

	Alaluokka	Yläluokka
Virike-esineiden ongelmat	sähköjohdot, valokatkaisimet, sähkökaapit kiinnostuksen kohteita miehillä, kaiken irtaavan tavarahan liikkeelle lähtö ja ”talteen” vieminen	Vähän virikkeitä, tekemisen puute
	omien, toisten ja yhteisten tavaroiden sekoittuminen	Riidat
	huono laatu, voima, temperamentti, liika pehmeys	Esine voi vahingoittaa itseä tai toista
	ei näe hyvin, ei osaa huolehtia hygieniasta, virike aiheuttaa liika-aktiivisuutta, ei jaksaa keskittyä/kiinnostua, kommunikaatiovaikeudet	Asukaskohtaiset haasteet

Haastattelujen pohjalta nousevia hyviä ominaisuuksia virike-esineessä ovat:

- tuttuus, kannattelee muistoja
- muotoiltavuus – tukeva, ei kova
- käsiteltävyys – kankeilla sormilla
- turvallisuus – kestävä
- hygieenisuus – helppo puhtaanapito
- Säilytettävyyden – pienet tilat

Haastattelututkimuksessa näkyi luonnollisesti hoitajien oma näkökulma työhönsä. Kiire nousi vahvasti esiin ja turvallista virike-esinettä toivottiin avuksi tilanteisiin, jolloin hoitajat eivät ehdi olla vierellä. Riisuttu työympäristö oli myös hiukan ikävää ja paikoilleen ”liimattavia” liinoja ja tavaroita toivottiin, huumorin pilke silmäkulmassa. Haastattelujen aikana innostuttiin ideoimaan virike-esineitä, siitä on tulosta taulukossa 9. Taulukossa on lisäksi joitain käytännössä hyväksi havaittuja toimintatapoja muille jaettavaksi. Hoivakotien henkilökunnan tutustuminen muihin hoivakoteihin ja heidän käytäntöihinsä, voisi olla rikastuttava kokemus molemmin puolin.

Taulukko 9. Hoitajien ajatuksia

Hoitajien näkökulmia	naisille on virike-esineitä, mutta miehiä kiinnostavista pulaa turvallisuus tärkeää, olisi hoitotyön helpottaja, ei työn lisääjä (vahtiminen) ei voi käyttää liinoja, eikä koriste-esineitä – lähtevät liikkeelle ympäristön ankeus, leveät kulkuväylät, vähän huonekaluja
Hoitajien toiveita	Hypistelymuhvit puolet pidemmiksi, lämmittäisi käsivarsia ylempää, koriste/touhu yhdistelmä, käsissä tutkittava esine, joka olisi helposti saatavilla huoneissa hoitotilanteisiin vuodepotilaille kattoon katseltavaa, pöytiin kiinnitettävät pöytälinat tukityynyn ja hypisteltävän esineen yhdistelmä Tavarahuone, jossa asukas saisi rauhassa järjestellä ja siirrellä esineitä
Hyviä toteutettuja käytäntöjä	muovinen vesinappo virike-esineenä ja isoja värikkäitä pyykkipoikia kiinnitettäväksi napon reunaan internetistä kuvien katsominen hoitajan kanssa toiveiden mukaan: kukkia, eläimiä, kaupunkoja yms. karkkia pesutilannetta vastustavan suuhun pesutilanteessa märkä pyyhe olkapäillä lämmittämässä ja antamassa turvaa

5.2.5 Haastattelujen muut havainnot ja pohdinta

Hoivakodeissa oli isoja eroja paikan miljööseen suhteen. Oli aivan uusia rakennuksia ja toisaalla vanhoja tiloja. Osassa oli onnistuttu paremmin luomaan kodikkuutta kuin toisissa. Eikä tämä ollut yhteydessä uutuuteen. Hienot tarkasti suunnitellut ja sisustetut, avarat, vaaleat tilat olivat komeita, mutta samalla laitosmaisista. Vastapainona toisaalla kodinomaisen vaikutuksen loivat matalat tilat, lämpimät värisävyt ja huonekalujen ”nukkavieruisuus” ja eriparaisuus. Otetaanko suunnittelussa vielä huomiota asukasta, jonka loppuelämän kodista on kyse? Katsotaanko enemmän keski-ikäisten määrittelemiä rakennus- ja sisustustrendejä?

Myös paikan aistittavassa ilmapiirissä oli suuria eroja. Kiire ja tehokkuus tulivat vastaan monessa hoivakodissa, touhua seurasi monta silmäparia käytävien tuoleilta, vähän kuin lääkärin odotushuoneessa. Sivusta katsojana se aiheutti surullisen olon, mutta asukkaan näkökanta on luultavasti toinen. Eloniemi-Sulkava (2015) toteaa

kodikkuuden olevan kiinni ilmapiiristä, ei niinkään kalusteista. Hän sanoo kodikkuuden syntyvän luvasta elää kuin kotonaan.

Iloisen väriset työvaatteet olivat käytössä osassa paikkoja, se oli piristävää, ja haastateltava kertoikin oranssin liivin tuoneen kommentiksi asukkailta ”porkkana” ja ”apelsiini”. Täytyykö kaikilla hoitajilla olla samanlaiset työvaatteet, osoitetaanko niillä ehkä tahattomasti valtaa, kuka hoitaa ja kuka on hoidettava? Voisiko kodinomaisuutta lisätä tavallisen oloisilla vaatteilla? Valkoisia hoitajien tunnusomaisia liivejä, paitoja tai housuja ei ainakaan kannattaisi käyttää, koska ne ovat varmin merkki ja hätäntymisen aihe muistamattomalle, että sairaalassa tässä ollaan, jotain täytyy olla vikana.

6 TUOTESUUNNITTELU

Tämän lopputyön suunnitteluprosessin alku oli rauhallinen, vaivihkaa tutkimusosion rinnalla ajatustyönä tapahtunut ideointi. Koska hoiva-ala, ikääntyminen ja muistisairaudet olivat tietopuolelta vierasta maaperää, pyrittiin välttämään hyvin valmiita tuotesuunnitteluideoita heti alkumetreillä. Kun kysely- ja haastattelututkimusten analyysin tulokset olivat valmiina, löytyivät ideat eri konsepteihin kuin hyllyltä poimien, mielen saatua prosessoida ponnistelematta rauhassa haastetta.

Tavoitteena oli suunnitella laadukas, hyvinvointia lisäävä esine, huomioiden muistisairauden tuomat erityistarpeet sekä henkilökunnan sille asettamat käytännön kriteerit. Teoria ja tutkimukset osoittivat, että muistisairaat ovat yksilöitä ja sairaudesta johtuvat tarpeet moninaisia ja siksi päädyttiin miettimään useampaa toteutettavaa konseptia.

Muotoiluprosessi etenee monin eri tavoin. Tässä on esimerkkinä lineaarinen ja spiraalinen prosessin etenemistapa. Lineaarisesti etenevä muotoiluprosessi alkaa tehtävän määrittämisellä ja tarvittavan pohjatiedon hankinnalla. Seuraavat vaiheet ovat ideointi, luonnostelu, eri konseptit, konseptien testaaminen ja edelleen kehittäminen sekä tarvittaessa takaisin ideointiin palaaminen. Testauksella pyritään selvittämään vastaako tuote loppukäyttäjän tarpeita. Yksi testaustapa on prototyyppien valmistaminen ja koekäyttö. Muotoiluprosessin uudempi kuvaamistapa on spiraalimainen eteneminen. Aikaisempien kokemusten, eli vanhan tarinan pohjalta syntyy kokeilemalla ja tekemällä uutta muotoilua. Tehdessä, kuten prototyyppien valmistuksella ja testauksella ymmärrys tekemästään asiasta kasvaa. Vanha kokemus liittyy uuden oivalluksen kanssa yhteen ja syntyy uusi tarina. Tämän jälkeen muotoiluprosessi alkaa alusta. Mainittujen kahden suunnitteluprosessin ero on tiedon sijoittumisessa. Lineaarisessa prosessissa tieto mitä suunnitellaan, on ennen suunnitteluprosessia. Jälkimmäisessä spiraalisessa prosessissa kokeilemalla ja tekemällä syntyy tieto suunniteltavasta asiasta ja se syvenee tai muuttuu saadun kokemuksen mukaan. (Kettunen 2013, 16–17.) Tässä muotoiluprosessissa oli käytössä molempia. Taus-tatieto täytyi selvittää ensin, muuten suunnittelu ja oppiminen tapahtuivat suurimaksi osaksi prototyyppien valmistuksen aikana.

Konsepti on luonnos, josta näkyy tulevan tuotteen muoto, toiminta, materiaalit ja värit. Tuotteen konseptivaihe alkaa toimeksiannosta ja se päättyy lopullisen mallin valintaan. (Kettunen 2001, 59).

Ensin oli ajatus tuoda jotain täysin uutta muotoilua ikäihmisten arkeen, mutta haastattelututkimuksen aikana selvisi, ettei uusi ja ennennäkemätön ole paras mahdollinen asia muistisairaalle, päinvastoin. Olisi hyvä, jos suunniteltavista tuotteista löytyisi jotain tuttuutta.

Kyselytutkimuksen mukaisesti tärkein tarve on turvallisen, mielekästä tekemistä käsi-ille tarjoava tuote. Toinen iso tarve on sekä rauhoittamisen että turvallisuuden tunteen lisääjä. Nämä valittiin konsepteiksi ja kolmanneksi konseptiksi valikoitui ryhmätilanteeseen sopiva tuote. Suunnitteluprosessi alkoi eri konsepteihin liittyvien asioiden keräämisellä käsitekarttaan (mind map). Käsitekartta on graafinen apuväline, jolla voidaan kuvata ja ryhmitellä aiheen tietorakennetta (eNorssi, [viitattu: 17.4.2016]).

6.1 Virikekonsepti

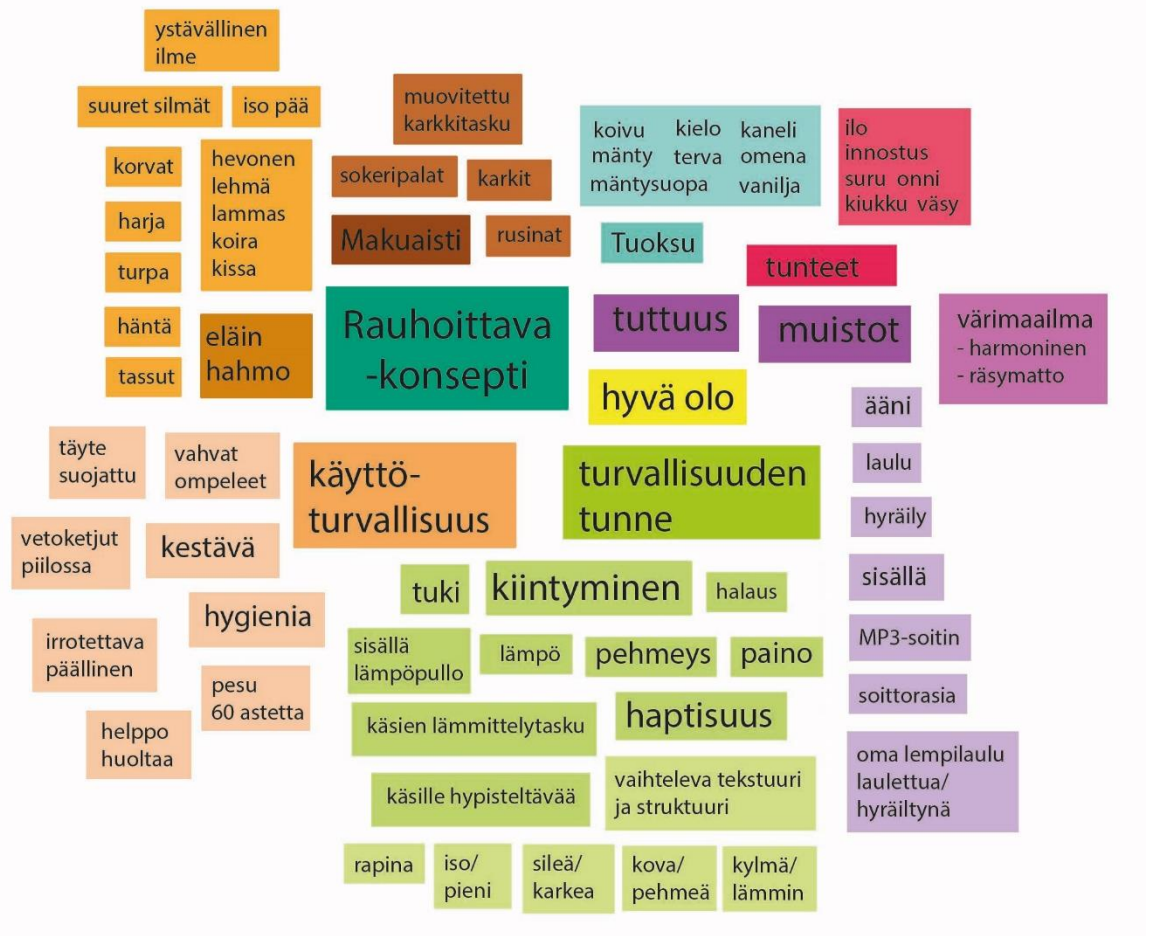
Virikekonseptin pääasia on tarjota turvallista tekemistä käsille. Pelimäisyys tuo tuotteeseen hyviä ominaisuuksia kuten haaste, tavoite ja onnistuminen. Nämä ominaisuudet kiinnostavat myös miehiä (kuvio3).



Kuvio 3. Virike-konseptin osatekijät

6.2 Rauhoittava konsepti

Rauhoittavan konseptin tärkeä tavoite on hyvän olon tuottaminen. Osatekijöitä ovat aisteihin vaikuttaminen ja turvallisuuden tunteen lisääminen muistojen ja tuttuuden avulla. Tuoteturvallisuus on tärkeä elementti. Kuviossa 4 on kuvattu käsitekartan avulla rauhoittavaan konseptiin liittyviä ominaisuuksia.



Kuvio 4. Rauhoittavan konseptin osatekijät

6.3 Ryhmäkonsepti

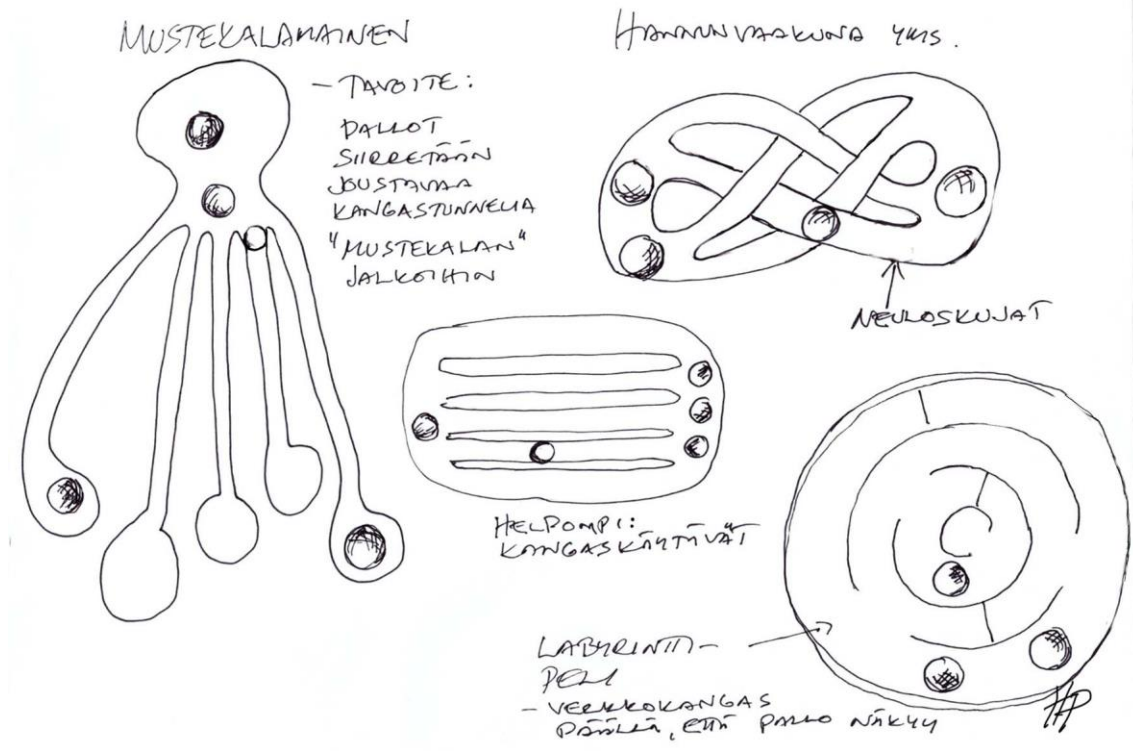
Ryhmäkonseptin tehtävä on tarjota apuväline yhdessä tekemiseen. yhdessä tekemisen lisäksi vuorovaikutus vahvistaa joukkoon kuulumista. Pelimäisyys tuo mukaan haasteen ja kilpailun tuoman jännityksen. Oman vuoron odotus ja tasavertaisuus on tärkeitä asioita (kuvio 5).



Kuvio 5. Ryhmäkonseptin osatekijät

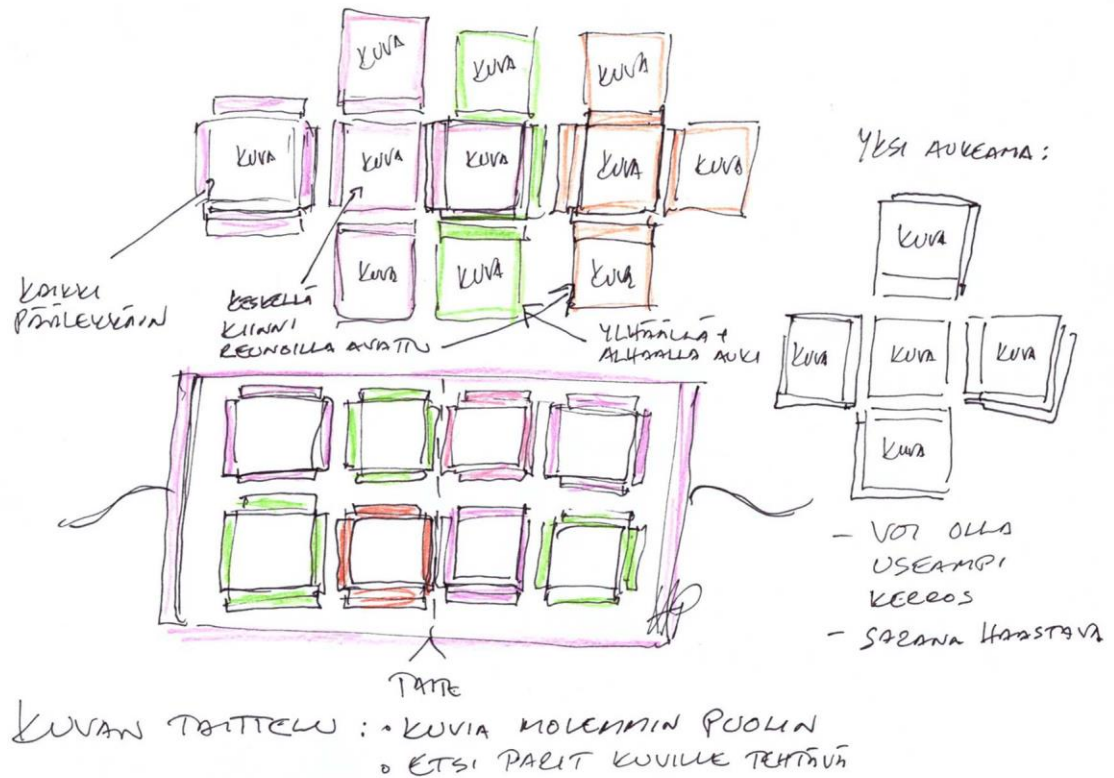
6.4 Ideointi ja jatkokehittelyyn valinta

Virikekonsepti. Koska pelimäisyys oli tutkimuksessa miehiä kiinnostava asia, oli pelimäisyyden liittäminen suunniteltavaan tuotteeseen järkevää. Toinen näkökulma oli pienen asian kanssa näpertelyn mielekkyys. Perinteisiin peleihin tutustuessa, itseksensä pelattavista peleistä huomio kiinnittyi peliin, jossa tehtävänä on pienen pallon kuljettaminen tasapainottelun avulla reittiä pitkin. Tästä jatkokehittely toi ajatuksen kankaan sisällä olevasta pienestä pallosta ja sisäisestä reitistä. Se olisi turvallista ja tavoitteellista pientä asian kanssa näprättävää. Tästä ajatuksesta syntyi kaksi erilaista ideaa. Myöhemmin syntyi vielä kolmaskin pallon pujottelurata, jossa tunnelireitit olisivat letitettyä neulosta (kuvio 6).



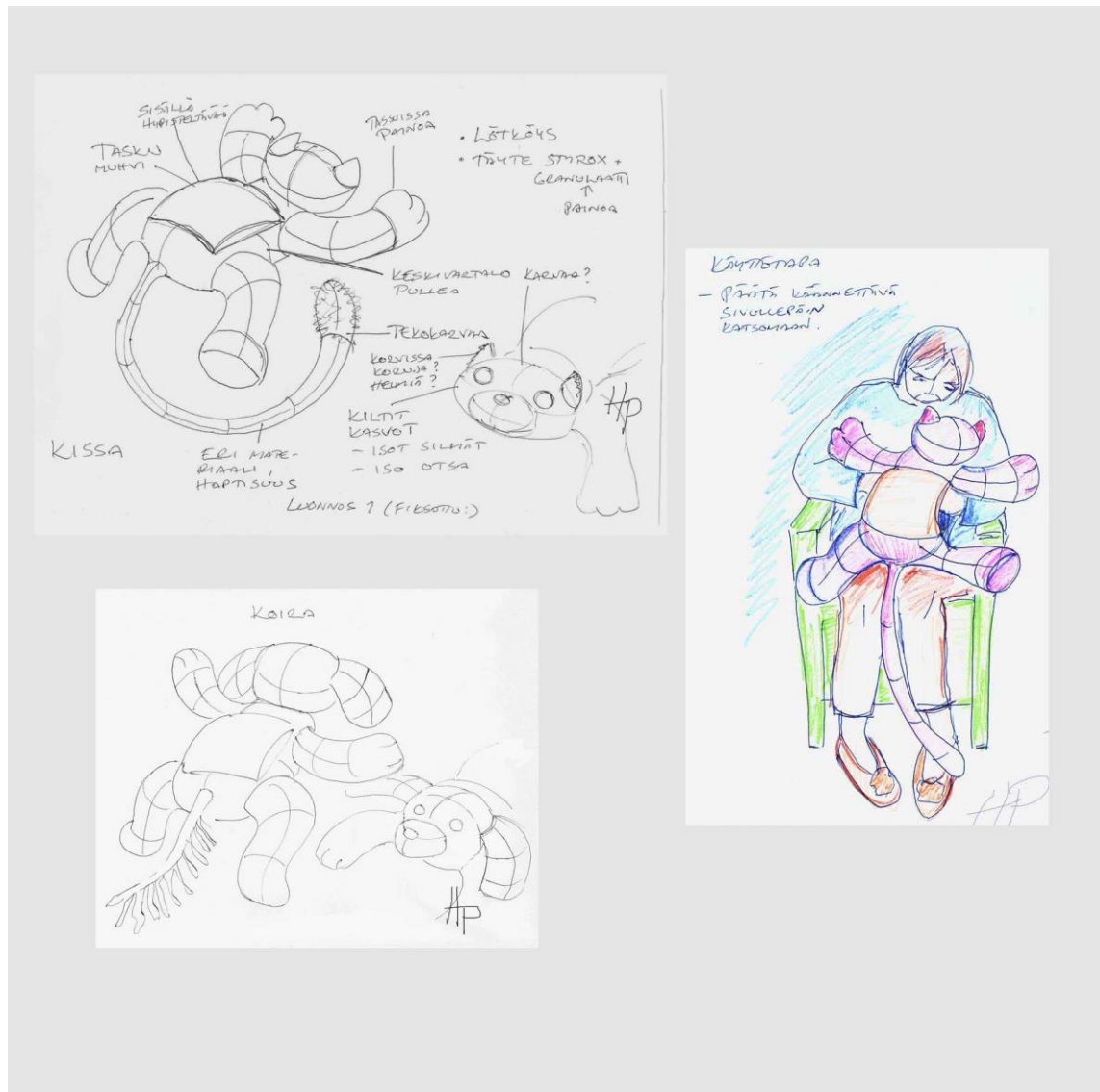
Kuvio 6. Pelimäisen virike-esineen luonnoksina

Virikekonseptin toinen tuote on muistelulaukku. Muistelu auttaa muistisairasta eheytytymään ja se auttaa myös vuorovaikutustilanteissa (Petäjämäki 2014, 18). Samoin Iäs (2014, 74) kertoo muistelun olevan mieluisaa ja usein muistellaan elämän varrella tulleita arjen uudistuksia, kuten vedenkannosta vesihanoihin, ulkokuuussista sisäveessaan, jääkaappien, radion ja tv-vastaanotinten saapumisen mullistaviin vaikutuksiin. Tutkimuksissa huomio kiinnittyi myös asukkaiden mieltymykseen pyykkien viikkaamisesta. Erisuuntiin taittelun yhdistäminen kuvien katseluun ja niistä muodostuneet kuvakokonaisuudet olivat muistelulaukkuidean lähtökohta (Kuvio 7). Pelimäisyyttä saadaan aikaiseksi asettamalla osaan taskuista lähikuvia yksityiskohdista ja toisiin taskuihin kokokuvia. Kun kuvia on paljon ja sekalaisessa järjestyksessä, kuluisi aika rattoisasti pareja etsien. Tässä haasteena oli hygieenisyyden ja helpon puhdistettavuuden vaatimus. Paras tapa on kuvien laminoiminen, eli päällystäminen muovilla. Toinen ratkaistava ongelma on taiteltavuus, kuvan pitää kääntyä helposti ja kestää toistuvaa taittelua.



Kuvio 7. Muistelulaukun toiminta-ajatus

Rauhoittava konsepti. Haastattelututkimuksessa tuli ajatus hypisteltävän esineen yhdistämisestä asentoa tukevaan tynnyyn. Eräässä haastattelupaikassa osoitettiin suurta mielenkiintoa pitkähäntäistä pehmoeläintä kohtaan. Häntää käärittiin mitä hullunkurisemmin eläimen ympärille. Tästä heräsi ideoita. Toinen ajatus hellyyden antajasta oli halaavan vaikutuksen synnyttäminen eläinhahmon pitkillä raajoilla, joissa isot pehmeät tassut. Aistit-luvussa 4 mainittiin painon rauhoittava vaikutus, joten ajatuksena halaavasta pehmoeläimestä olisi hyvin löysän vartalon täyteen seassa painavampia muoviryynyjä, granulaattia, joka on muovituotteiden raaka-ainetta (Rinki 2012). Ensimmäinen ajatus kissasta tai koirasta olivat liian lelumaisia (kuvio 8), josta oli tarkoitus ennemmin siirtyä pois päin, tynnymäisempään. Tämä vaati pelkistystä, josta on hyötynä myös oikean tuotteen valmistuskustannusten väheneminen.



Kuvio 8. Rauhoittavan konseptin ensimmäinen idealuonnos

Hahmon pitäisi silti olla tunnistettava ja rutistamiseen houkuttava, jolloin ajatus ison eläimen hahmosta syntyi. Koska muistisairas haluaa hypistellä käsissään jotain ja kyselytutkimuksen positiivinen suhtautuminen hypistelymuhveihin vahvistaa tätä, syntyi idea maharepusta ja sen sisällä olevista hypisteltävistä asioita. Kädet voi laittaa molemmilta sivuilta sisään, jolloin tulee luonnostaan halausote hahmon ympärille. Haastatteluissa toivottiin entisille kovalle hevosmiehille jotain hevosiin liittyvää virikettä, joten hevonen oli luonteva valinta yhdeksi hahmoksi. Toinen mahdollisuus oli lehmä tai miksei hirvi. Luonnokset tyynymäisen hahmon kehittymisestä ovat kuviossa 9.



Kuvio 9. Luonnokset hevostyynyn kehityksestä

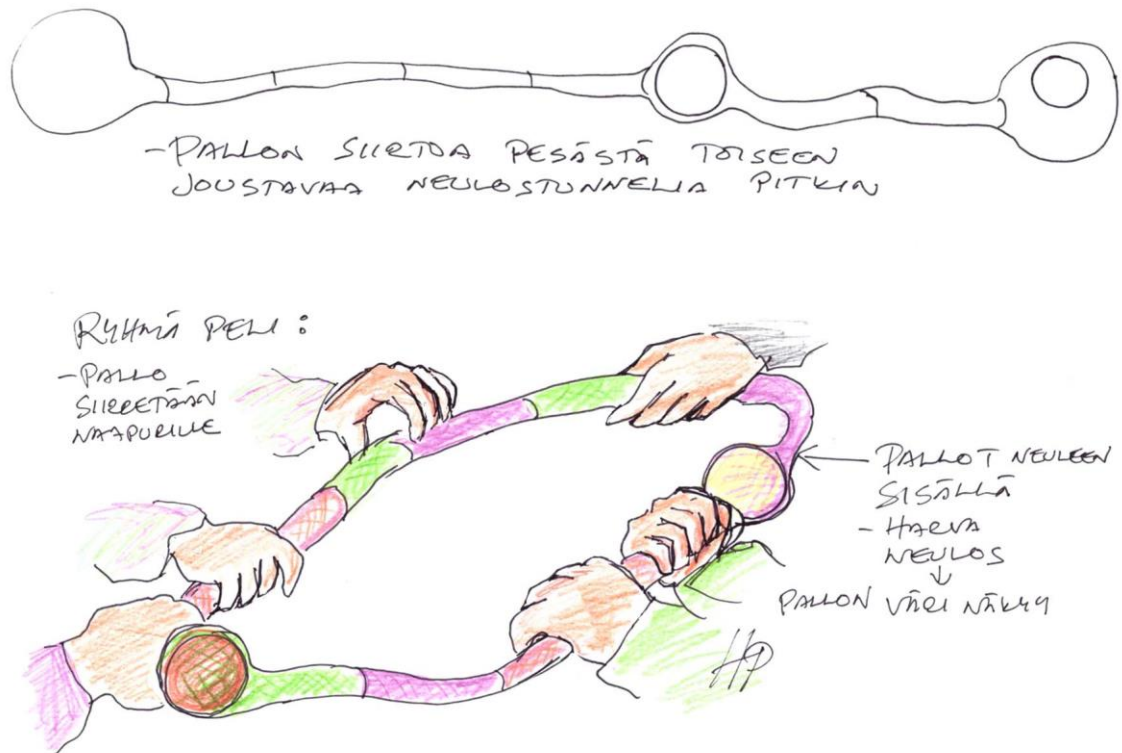
Muistisairaiden käytössä olevista esineistä omat tutut tavarat olivat tärkeimpiä. Haastattelututkimuksessa laukku oli tärkeä useammalle muistisairaalle naiselle. Siksi toisen rauhoittavan konseptin idea oli reppu. Reppu sen maskuliinisuuden takia, jolloin myös miehet voisivat kokea sen omakseen. Repun luontainen käyttötarkoitus on tavaroiden säilytys, jolloin se tarjoaa tutkimisen ja löytämisen iloa käyttäjälleen ja säilytyspaikan omille tärkeille tavaroille. Sisälle tulevat tavarat ovat kiinni reppussa. Pieniä esineitä sisältävät pussit on ommeltu umpeen ja sisällä olevia tavaroita tunnustellaan kankaan läpi. Repun ulkopuolella on vetoketjutaskuja tutkittavaksi ja repun hihnat voivat toimia ravimiehen ohjaksina tarpeen vaatiessa. Tällöinenkin tarve mainittiin haastatteluissa. Myös reppuun saa liitettyä muhvimaisen

taskun, johon kädet voi pujottaa ja tunnustella sisältä löytyviä esineitä. Reppuluonnokset ovat kuviossa 10.



Kuvio 10. Luonnoksia repuista

Ryhmäkonsepti. Yksittäisten pallon pujotuspelien sivussa tuli ajatus isommasta tunnelista, jossa erikokoiset pallot siirtyisivät eteenpäin käsillä tunnelia ”lypsämällä”, toiset helpommin ja isommat enemmän vastustaen. Tästä seurasi ajatus pallopelistä, jossa palloa kuljetetaan seuraavalle ja odotetaan uuden pallon saapumista omalle vuorolle (kuvio 11). Silloin tunnelin päiden yhdistäminen kehäksi on järkevää. Neulostunneli muodostuisi erilaisista struktuureista ja tekstuureista. Yhteenkuulumisen tuntemus on tärkeää kaikenikäisille ja ryhmätoiminnalla voidaan saada ikäihmisiä aktivoitua, piristettyä sekä vahvistettua heidän identiteettiään antamalla kaikille haluamansa roolin ryhmässä. (Telaranta 2012, 70–71.) Haastattelussa nousi esiin oman vuoron tärkeys, joka vahvistaa joukkoon kuulumisen tunnetta.



Kuvio 11. Ryhmäpallopelin luonnostelua

6.5 Prototyypit

Kettunen (2001, 98) kertoo prototyypin olevan suunniteltavan tuotteen malli, joka on toiminnaltaan kuin tuleva valmis tuote ja jonka ominaisuuksia voidaan testata käytännössä, korjata tai kehittää eteenpäin. Hän jatkaa, että prototyypin tärkein tehtävä on kommunikaation synnyttäjä, jolla tuotekehitystä voidaan viedä eteenpäin. Prototyyppi voi olla myös lähtökohta tuotteen suunnittelussa.

Konseptien valituista tuoteideoista tehtiin prototyypit, joissa vielä käytännössä mietittiin tuotteiden tavoiteltuja ominaisuuksia, turvallisuutta sekä puhdistusnäkökohtia.

6.5.1 Pelit

Tutkimuksessa nousi ajatus korvata lelumaisuus myös aikuisuuteen sopivalla pelimäisyydellä. Pelimäisyyden lisäksi pienen asian turvallinen näprääminen olivat tavoitteena kolmessa prototyypissä. Pelit ovat tarkoitettu itsenäiseen tekemiseen, ja

haptisuus on niiden tärkeä ominaisuus. Tunnustelemalla tutkitaan mitä sisältä löytyy ja kuljetetaan pieniä helmiä eteenpäin.

Helmipeli on tukevasta huonekalukankaasta ommeltu neliö, johon on pääliompeleella tehty kujia neljälle muovihelmelle. Pyöreä kiekkomainen labyrinttipeli on tukevan pohjakankaan päällä oleva verkkokangas, johon pääliompeleella on tehty helmelle kulkureitti. Kolmas on pujottelupeli. Siinä on samoja ominaisuuksia kuin hy pistelymuhveissa: Neuloksen haptisuus ja lapasen tai villasukan muisto. Letitystapa voi myös tuoda muistoja pullapitkon leipomisesta. Pujottelupelissä on sisällä viisi muovihelmeä, joita kuljetetaan neuloskäytäviä pitkin toiseen päähän. Kaikki pelit ovat konepesun kestäviä (kuva 2).



Kuva 2. Helmi-, labyrintti- ja pujottelupelit

6.5.2 Muistelulaukku

Muistelulaukun prototyyppi (kuva 3) on riisuttu versio luonnoksesta, jossa oli useita kuvapinoja vierekkäin, jolloin niitä käännellessä aukeaa monenlaisia kuvatarinoita esille ja on paljon katseltavaa, tai pelimäisessä versiossa, kuvaparin löytyminen olisi haasteellisempaa. Protossa pyrittiin ratkomaan käytännön ongelmia. Puhtaanapidon ratkaisuna, laukun materiaaliksi valittiin helposti pyyhittävää keinonahkaa. Kuvien helppoon taiteltavuuteen ratkaisuna toimi parhaiten ohut ja kestävä keinokuituinen verkkokangas. Se myös kuivaa nopeasti puhdistuksen jälkeen. Kun kuvia taitellaan useita päällekkäin, on saranakohdassa oltava väljyyttä, kuvakasan korkeuden kasvaessa. Kuvien vaihtamismahdollisuus oli yksi haaste. Haastattelun mukaan asukkaat saattavat ottaa kuvia pois kuva-albumeista, jolloin kuvat ovat vaarassa vaurioitua. Prototyypissä asia ratkaistiin peittämällä läpällisen muovitaskun suuaukko kireällä kangassukalla, joka pitää kääntää nurin ja pois paikaltaan, ennen kuin kuvaan pääsee käsiksi. Koska sukka on osa kuvan kiinnityssaranaa, saattaa kuvataskun aukko jäädä huomaamatta.



Kuva 3. Muistelulaukku

6.5.3 Hevostyyny

Hevostyynyn tavoite on olla rauhoittumisen ja turvallisuuden tunteen lisääjä. Ensimmäinen täysin mallin mukainen proto ei asettunut luontevasti syliin, hevosen turpa kääntyi kohti kattoa. Muotoa korjattiin enemmän shakkinappulamaiseksi.

Tyynyn päällinen on pehmeää fleece-kangasta ja vuorattu vanulla. Hevostyynyssä on etutasku, jonka sisällä on hypisteltäviä asioita: Sifonkikangaspussissa sileäpintainen koristekivi, hyvin kiinnitetty helmirivi, yksittäinen iso helmi narulenkissä ja pussissa rapisevaa muovia (kuva 4). Tyynyn ollessa sylissä, kädet voidaan pujottaa pehmeällä ja paksulla fleece kankaalla vuorattuun muhviin, hypistelemään eri esineitä. Hevosen pää lepää silloin käsivarren päällä, mikä antaa vaikutelman sylissä hyvänä pidettävästä eläimestä. Trikookuteesta tehty harja lisää hevosen tunnistettavuutta. Käsille turvallisen näpertelyn tarjoaminen vie huomion pois ei toivotusta näpertelystä, kuten tyynyntäyteisiin käsiksi pääsemisestä.



Kuva 4. Hevostyynyn osat ja muhvin sisällä olevat esineet

Täytteenä tyynyssä on styrox-rakeita, joiden seassa on granulaattia, eli muoviraetta, tuomaan hevostyynyyn painoa. Täyte on kolmessa erikokoisessa pussissa. Täytettä

ei voi pestä pesukoneessa, joten pussit päällystettiin vielä sadesuojakankaalla, joka estää lian/kosteuden pääsyn täytteeseen ja puhdistus onnistuu pyyhkimällä. Ilman täytettä hevostyyny kestää 60 asteen konepesun. Täyttöaukko on hevostyynyn pohjassa, piilotettuna mustan kankaan laskokseen. Jos kuitenkin vetoketju löytyy ja se avataan, on alla paksu yhtenäiseltä pinnalta näyttävä kangas, joka on tarranauhoilla kiinni reunasta, varmistamassa ettei sisältöön päästä ihan heti käsiksi. Valmis hevostyynyproto kuvassa 5.



Kuva 5. Hevostyyny eri puolilta

6.5.4 Reppu

Repun funktio on sama kuin hevostyynyn. Sen kuuluu tarjota pehmoinen, hiukan painava sylissä pidettävä tuote, jonka sisällä on käsille tutkittavaa. Repun päälliskangas on liukasta ulkoiluvaatekangasta, josta saa pyyhkimällä pienet tahrat pois. Vanuvuoraus tekee repusta pehmeän. Lippa on kiinnitetty isolla helistimellä, jossa on ääntä vaimentava pieni magneetti turvallisesti verkkopussin sisällä. Repun suuaukkoa kiertää nauhakujassa paksu nyöri ja repun etuosassa on vetoketjutaskuja. Repussa on sama muhviominaisuus kuin hevostyynyssä ja se sisältää hypisteltäviä esineitä. Tukeva kantokahva ja reilunkokoiset olkainhihnat tekevät repusta tunnistettavan (kuva 6).



Kuva 6. Reppu eri puolilta

Repun sisällä on sisäpussi, jonka pohjaa kiertämään on listan alle piilotettuna veto-ketju, jota kautta saa styrox-raetta ja granulaattia sisältävän täytepussin poistettua pesun ajaksi. Täytepussi on päällystetty samoin sadesuojakankaalla, kuten hevostyynyssä. Repussa on eri materiaalista ommeltuja umpinaisia pusseja, joiden sisällä on tunnusteltavia esineitä. Pussit ovat kiinnitetty tukeviin nauhoihin, joilla esinepus-sit saa repun ulkopuolelle, mutta ei kokonaan irti repusta. Nauhat on pujotettu si-suskankaan sauman rei'istä ja niiden toisessa päässä on ommeltu lenkki. Lenkkien läpi pujotettu vahva nauha liittimellä kiinnittää ne repun pohjaan. Näin kaikki esine-pussit ovat hoitajien irrotettavissa laukusta, mutta muistisairas ei saa vedettyä tava-roita irti (kuva 7). Yksi laukun esineistä on keinoturkiksesta tehty häntä, joka sisältää samanlaisen mekanismin kuin vedettävässä lasten soittorasiassa, mutta äänen si-jaan se värisee.



Kuva 7. Repun sisällä olevat pussit ja niissä olevat tavarat (havainnointitutkimuksen jälkeen korjatuilla materiaaleilla)

6.5.5 Pallokuja

Haastatteluissa tuli ilmi, että oman vuoron ja järjestyksen noudattaminen, eli tasa-arvoinen kohtelu on ikäihmisille, kuten kaikille, tärkeää. Pallokujassa käsillä kangasputken päältä puristelemalla pallot siirtyvät neulossukan sisällä eteenpäin. Ryhmässä pallo siirretään seuraavalle ja odotetaan vieruskaverin saattelemaa uutta palloa omalle kohdalle. Pallokuja koostuu erituntuisista, joustavista neulospaloista. Alkuperäinen tarkoitus erikokoisista palloista ei onnistunut käytännössä, johtuen koerojen vaikutuksesta pallon neulossukassa etenemiseen. Pallokujan tuntuma käsiin on miellyttävin, kun neuloksen täytyy joustaa jonkin verran pallon siirtyessä eteenpäin, jolloin tulee vähän vastusta käsille. Pallokujan materiaalit ovat suhteellisen paksuja, jolloin tyhjänäkin pallokujassa on miellyttävä tuntuma käsille. Pallot ovat eri värisiä, ja matkan varrella on verkkomaista kangasta, josta näkyy pallon väri. Pallokujassa on yhdessä kohdassa vetoketju, josta pallot saa poistettua pesun ajaksi. Pitkän kangaskäytävän säilyttämiseen ja kuljettamiseen on hyvä olla säilytuspussi, joka toimii myös pesupussina pyykkikoneessa (kuva 8).



Kuva 8. Ryhmätilanteen pallokuja ja säilytuspussi

7 Havainnointitutkimus

Koska suunniteltavat esineet tulevat hoivakodissa asuvalle muistisairaalle, on hyvä testata toimivuus heillä. Palvelukoti Jokilinnussa asukkaat testaavat prototyypejä noin viikon ajan ja heti alussa tehdään havainnointitutkimus. Testiajan päätyttyä haastatellaan henkilökuntaa prototuotteiden toimivuudesta.

Havaintotutkimukselle on lupa osastonhoitajalta ja on myös lupa kuvata, huolehtien asukkaiden yksityisyydestä niin, ettei ketään voida tunnistaa kuvista. Kuvat hyväksytetään osastonhoitajalla ennen käyttöön ottoa. Myös asukkailta pyydetään lupa kuvaamiseen, mutta muistisairaudesta johtuen heille on vaikeaa ymmärrettävästi selittää havainnointitutkimusta ja kuvien käyttöä. Kyseessä on näin käytännössä piilohavainnointi, missä kuitenkin huolehditaan tarkasti eettisistä säännöistä ja tutkitavien yksityisyyden suojasta. Siksi havainnointitutkimus tehdään anonyymisti, eli ei kerrota osallistuvien määrää ja havainnoista kerrotaan vain yleisellä tasolla.

7.1.1 Havainnointitutkimuksen tulokset

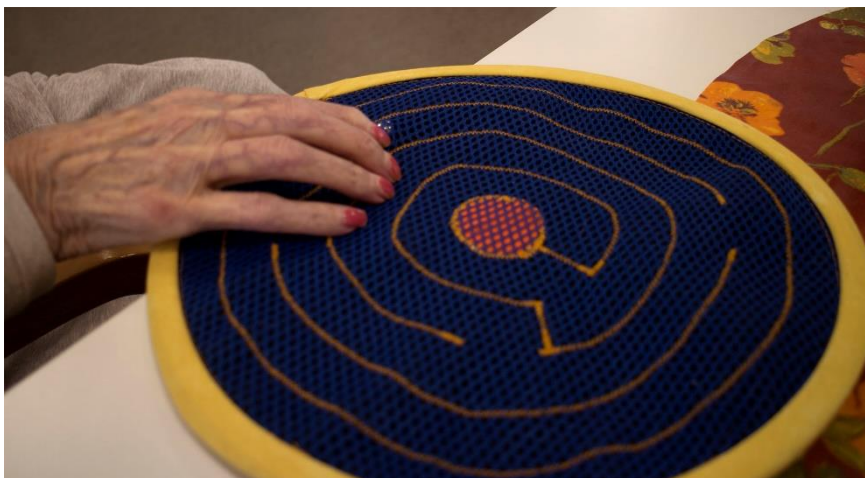
Havainnointitutkimuksen ajankohdaksi sovittiin osastonhoitajan kanssa 5.4.2016, kello 14.00 eteenpäin. Havainnointi kesti kaksi ja puoli tuntia ja loppui ruokailun alkuun, jolloin asukkaat olivat selvästi jo väsyneet prototuotteiden tutkimiseen. Tuotteet jätettiin viikoksi koekäyttöön. Pidemmän ajan testaus oli erittäin hyödyllinen, koska silloin prototyypit olivat oikeassa käytössä, kun havainnointitutkimus oli vain ensireaktioiden kirjaamista.

Havainnointitutkimuksessa ilmeni vieraita esineitä kohtaan lievästi torjuvaa asennetta, vai johtuiko se niistä tarjoavasta vieraasta ihmisestä. Kaikkia esineitä houkutteltiin kokeilemaan, jonka jälkeen vähän koskettiin, mutta vain muutamat ryhtyivät tutkimaan enemmän. Helpoiten lähestyttävä oli tukevasta tiilenvärisestä kankaasta tehty **helmipeli**. Siitä ei näkynyt päälle käyttötarkoitusta, mutta mielikuva pussukasta rohkaisi tarttumaan siihen ja tunnustelemaan mitä se pitää sisällään. Repussa oleva vastaava suorakulmiomainen peli, samasta materiaalista ja harmaan väri-

senä, sai osakseen mielikuvan rahakukkarosta. ”Säästäminen alkaa vähästä”, kommentti tuli pelin sisällä olevasta kiekkomaisesta napista, joka toi luultavasti rahan mieleen.

Neulottu ja letitetty **pujottelupeli** aiheutti hämmästelyjä sen tarkoituksesta. ”Se on kuin sukka tai lapanen, mutta sitä ei voi käyttää.” Ajatus pallojen siirtämisestä letitettyjä käytäviä pitkin tuntui työläältä urakalta. ”Kova homma” oli yksi kommenteista. Muistelua sillä kyllä saatiin aikaiseksi, kysymykseen ”mikäs muu letitetään samoin?” Muutama hoksasi ja muut myöntelivät, kun kerrottiin letin olevan pullapitkon letitystä. Pelin tekeminen pienempänä, ohuemmasta langasta ja vähemmällä letityksellä voisi auttaa työläyden tunteen hälventämiseen. Tiilenväristä helmipeliä ja letitettyä pujottelupeliä vertailtaessa, voidaan päätellä, että pelkistetty ulkokuori houkuttaa paremmin tunnustelemaan sisältöä. Pujottelupelissä, outous yhdistettynä tutun oloiseen hämmensi, eikä sisällä olevaa edes huomattu tunnustella.

Pyöreä **labyrinttipeli** (kuva 9) oli kokeilussa useammallakin asukkaalla. Hoitajat antoivat sille heti hyväksyvää palautetta ja olivat uteliaita näkemään, kuinka käyttäjät suoriutuvat haasteesta. Pelimäisyys ja selvä funktio pallon saattamisesta maaliin, olivat luultavasti syynä positiiviseen reaktioon. Testijoukolle peli osoittautui kuitenkin yllättävän haastavaksi. Yksikään ei jaksanut havainnoinnin aikana pyörittää helmeä maaliin saakka. Reitin tulee olla lyhyempi ja tilavampi, koska sormien voimat ovat heikot. Pelin värikkyys herätti ajatuksen lapsille suunnatusta esineestä ja eräs rouva sanoikin sen olevan varmasti hyvä kehitysvammaisten lasten käyttöön.



Kuva 9. Pyöreän labyrinttipelin kokeilua

Tässä kohtaa oli ilmassa havaittavissa ajatusta, miksi tehdä turhaa, hyödytöntä näpertelyä. Eräs rouva kuittasi selityksen pelin antamasta ajankulusta: ”En ole liiemmästi peli-ihmisiä.” Tutkimuksessa esiin tullut ajatus, että miehiä voisivat kiinnostaa pelit, ei ollut tässä testijoukossa mahdollista todentaa, koska paikalla olleet herrat olivat jo huonokuntoisempia ja lähinnä pitivät kiinni pyörätuolinsa turvavyön soljista tai tarjotuista tuotteista.

Ryhmätilanteeseen tarkoitettu kehämäinen **pallokuja** ei toiminut tässä tilanteessa. Se vaatii ohjatun hetken ja ohjaajan kertomaan mitä pitää tehdä. Neulossukan eri materiaaleja sekä palloja kyllä ihasteltiin ja kummasteltiin käyttötarkoitusta, mutta idea pallon siirtämisestä eteenpäin seuraavalle ja vuoron odotus jäivät oivaltamatta, kun vuorovaikutus toisten kanssa ontui. Osasyynä tähän oli haluttomuus kokeilla vierasta asiaa ja neljän hengen pöydälle pallokujan liika pituus, jolloin kehämäisyys jäi hahmottamatta (kuva 10).



Kuva 10. Pallokujan testausta

Hevostyyny sai lämpimän vastaanoton ja sen tunnistettavia piirteitä, kuten turpaa, isoja silmiä, harjaa ja korvia ihasteltiin. Se sai hymyn huulille ja halun silittää kangasta. Sitä myös pidettiin oikean hevosen värisenä. Vaikka hahmo oli tunnistettavasti hevonen, se miellettiin myös tyynyksi. Sen paikkaa suunniteltiin sängylle tai sohvalle. Käsien pistäminen sisälle muhviin ei ollut kaikille helppo tehtävä. Usein kokeiltiin vain varovasti toisella kädellä. Eräs rouva sanoi, ettei ollut kiva, että sisällä oli hypisteltäviä asioita. Hän moitti sitä, ettei nähnyt mitä kosketti. Toinen rouva totesi mielissään taskun lämmittävän käsiä ja monia nauratti sifongin sisällä olevan kiven liukas pinta, samoin kuin rapiseva paperi, joka toi karkin mieleen. Hevostyynyn ongelma oli sen pyöreys. Alaosan pitää olla löysemmän pussimainen ja hiukan isompi, pysyäkseen hyvin sylissä.

Reppu herätti muisteluja metsäretkistä. Geriatriatuolissa istuva herra piti tiukasti kiinni repun hihnoista ja tuns selvästi tuttuutta reppua kohtaan. Reppu oli hiukan liian painava ja liian pyöreä. Useimmat asukkaista olivat vyötäröltään tukevia tai istuma-asento teki repun sylissä pysymisestä haastavaa. Sisustan kangas oli väriykseltään liian samanlainen kuin sisällä olevat tunnusteltavat tavarapussit, jotka näin eivät erottuneet varjoisan repun sisäosasta. Esinepussien värien täytyy olla suuremmassa kontrastissa toisiinsa ja repun sisäkankaaseen. Erilaisia esinepussia pitää myös olla enemmän. Värisevä häntämekanismi kiinnosti ja nauratti kaikkia, jotka sitä kokeilivat.

Tutkimuksessa ja kirjallisuudessa selvästi esiin tullut ajatus muistelun tärkeydestä tuli selväksi myös viimeisessä, eli **muistelulaukussa** (kuva 11). Idea uudenlaisen taittelutehtävän tekemisestä kuvia katsottaessa oli muutamalle erittäin haastava. Kuvat ruokkivat keskusteluja, joihin otti osaa muutkin ympärillä olijat, vaikka eivät kuvaa nähneetkään. Lehmäkuvat ja arjen esineet olivat mieluisia. Kissakuva oli huono, koska kissa ei erottunut lähes samanvärisestä lattiasta, se vaihdettiin toiseen kissakuvaan. Kuvissa pitää olla pääasia isolla ja hyvä kontrasti taustaa vasten. koiranpentukaan ei saanut niin paljon huomiota kuin lehmä, hevonen tai arjen esineet. Tarranauha sulkijamekanismina oli positiivinen haaste, vaikka sen avaus vaati vähän voimaa. Tuli lahjan avaamisen tunnelma, kun ei tiedetty mitä sisältä paljastuu. Avaajaa usein nauratti avatessaan. Ensimmäisenä komean sarvipäälehmän näkeminen aiheutti ilahtuneita huudahduksia. Kuvia pitää laukussa olla enemmän ja taittelu toimii lähinnä vain sivusuuntaan. Useampi pyrki avaamaan seuraavan kuvan tutulla tavalla aina oikealta vasemmalle, mutta huomattuaan ettei se aukea, osasi yrittää vasemmalta oikealle. Ylöspäin avautuminen vei kuvan liian kauas, jolloin huonosilmäiset eivät nähneet kuvaa kunnolla. Taittelu alaspäin ei ole hyvä, jos kuvia katsellaan sylissä, kuva kääntyy huonosti. Kuvakokoa pitää suurentaa, 10 x 10 cm kuva on liian pieni.



Kuva 11. Muistelulaukuun tutustumista

Pelit ja hevostyyny jätettiin Lintukodon Kultaniittyyn. Reppua korjattiin kevyemmäksi vähentämällä täytettä ja repun sisällä olevien esinepussien materiaalit vaihdettiin paremmin sisäkankaasta ja toisistaan erottuviksi ja niiden määrää lisättiin kolmella. Ryhmätilanteisiin käytettävää pallokuja lyhennettiin ja muistelulaukun kuvista kolme vaihdettiin paremmalla kontrastilla oleviin. Korjatut esineet vietiin takaisin seuraavana aamuna. Samalla sovittiin, että maanantaina 11.4.2016 haetaan prototyyppit pois ja kysellään hoitajien kokemuksia niiden käytöstä ja toimivuudesta.

7.1.2 Havainnointitutkimuksen haasteet

Haastavaksi tilanteen teki paraikaa samassa tilassa käynnissä olevat 102-vuotis-synttärakahvittelevat. Vaikka vieraina ei ollut kuin muutamia omaisia, puhetta ja hälinää oli normaalia ilta-päiväkahvittelevia enemmän, kun hoitohenkilökuntakin oli kahvittelevissa. Tilanteen seuraaminen vei asukkaiden huomion ja varmasti vei voimia. Kun tämän jälkeen tarjottiin tutkittavaksi aivan uusia asioita, saattoi vastaanottokyky olla jo valmiiksi vähäisempi.

Havaintotutkimuksen ajatus seurata tilannetta, siihen havainnoijan itse osallistumatta, ei ollut mahdollista kaiken muun tilassa vallinneen virikkeen takia. Kontaktin

otto ja houkuttelu olivat välttämättömiä alkuun pääsemiseksi. Myöhemmin juttelua jatkettiin ihan muista asioista ja silloin sai seurattua, kuinka kädet käyttivät esineitä, ilman niiden varsinaista huomioimista. Tuloksena enimmäkseen katseet kohdistuivat esineisiin ja välillä mainittiin jotain niiden synnyttämiä mielikuvia sekä hiukan sormella koskettiin, mutta muuten esineet saivat olla rauhassa. Jos havainnointitutkimus tehtäisiin uudestaan, olisi sen ajankohta testiaikana myöhemmin, jolloin tuotteisiin olisi jo ehditty tutustua.

Tuttuus ja muistelu nousivat tärkeimmiksi asioiksi. Värien valinta on myös tärkeää, kuten huomasi tiilenvärisen kankaan ihailusta ja lämpimän ruskean hevostyynyn kommenteista. Liian lapsekkaat värit luokiteltiin labyrinttipelissä, ei aikuisille kuuluvaksi. Havainnoinnin aikana vahvistui ajatus todellisesta tarpeesta. Pitäisi voida tarjota oikeaa tekemistä, jonka antaisi hyödyksi olemisen tunteen asukkaille.

7.1.3 Käyttökokemukset 16 päivän testauksesta

Prototyypit oli tarkoitus hakea pois Jokilinnun Kultaniitystä viikon kuluttua, mutta osastonhoitaja Lahdensuo ehdotti niiden antamisesta koekäyttöön myös toiselle yksikölle, Niittyvillan. Siellä prototyypit olivat testauksessa yhdeksän päivää.

Kultaniityssä suosituimmaksi esineeksi nousi pyöreä labyrinttipeli. Reppu ilahdutti sisältä löytyvillä tavaroillaan ja vaikean dementian vaiheessa olevan herran kiinnostuminen pallokujasta ja sen kanssa pitkään viihtyminen ilahdutti hoitajia. Hevonen oli mieluinen eräälle vielä paremmassa kunnossa olevalle rouvalle, joka sai siitä muisteluaiheen, piti käsiä lämmittävästä muhvista sekä sieltä löytyvistä hypistelyesineistä.

Niittyvillan puolella reppu oli suosikki. Henkilöille, joilla on tarve tehdä käsillä jatkuvasti jotain, siinä riitti puuhaa pitkäksi aikaa. Ihmetystä aiheutti tavaroiden repussa kiinni oleminen. Esinepussien narut menivät tietysti sotkulle, mutta niiden paksuus ja lyhyys auttavat pitämään ne vielä selvitettävässä muodossa. Sisäpussia pitää korjata kiinnittämällä se ulkopohjaan, koska nyt se nousee ”pintaan”, eikä sisusta näytä sisätilalta. Pallokuja osoittautui toimivaksi myös yhden ihmisen virike-esi-

neenä. Se antoi pituutensa vuoksi tutkittavaa ja selvittelytehtävän. Pallokujan ryhmäideakin saatiin toimimaan, kolme asukasta siirsi palloja toisilleen pöydän ääressä. Kehän pituuden lyhentäminen luultavasti auttoi ja testaajat olivat hyväkuntoisempia kuin havaintotutkimuksen aikana pöydän äärellä istujat. Labyrinttipeli oli suosituin. Se tarjosi haastetta parempikuntoisille ja näprättävää pidemmällä sairautessaan oleville. Muut helmipelit olivat myös kiinnostavia tutkittavia, oikea kohderyhmä niille löytyi jo pidemmälle sairautessaan edenneistä. Muistelulaukku kuviin oli taas parempikuntoisten suosiossa.

Yhteenvetona voidaan sanoa, että kaikissa prototyypeissä oli ominaisuuksia, jotka saivat kiinnostuksen heräämään jollakin asukkaista. Hevostyyny vaatii eniten kehitystä. Se on edelleen lelumainen, muhviominaisuus oli liian huomaamaton, eikä sen toimivuutta turvallisuudentunteen lisääjänä ja rauhoittavana elementtinä pystytty tässä testissä testaamaan. Myös miesten suhde prototyyppeihin osoittautui vaikeaksi tutkia. Lintukodossa olevia, ei muistisairaita miehiä prototyypit eivät kiinnostaneet ja muistisairailla miesasukkailla taas sairaus oli jo pitkällä, jolloin kaikkien prototyyppien kokeilu ei onnistunut. Palvelukoti Jokilinnun hoitajien palaute prototyypeistä oli erittäin positiivista.

8 YHTEENVETO JA POHDINTA

Vanhenemisessa on monia mukavia vuosia, jolloin aiemmat velvollisuudet vähenevät ja on aikaa nauttia elämästä. Mediassa painotus vanhenemisestä on kuitenkin niissä viimeisissä vaiheissa, jolloin ikäihminen on vaivaksi seuraavalle sukupolvelle ja on raskas yhteiskunnalle. Vanheneminen halutaan unohtaa, koska ajatus täysin toisten hoidettavaksi joutumisesta on liikaa itsenäiselle nykyihmiselle. Professori emeritus Timo Airaksinen puhuu yksilön kohdalla varmuudella tulevasta kriisiytyvästä hoidosta, hänen viimeisinä aikoina/vuosinaan, viimeistään kuolemassa. (Yle, 2016). Nyt vanhat ihmiset siirretään pois näkyvistä, hoivakoteihin hoidettaviksi. Samalla pyrkien tekemään hoidosta tehokasta ja tuottavaa liiketoimintaa, jossa ikäihmiset ovat lähinnä raaka-ainetta koneiston rattaissa.

Onneksi paljon myös mietitään keinoja ja hoitomuotoja ikäihmisen hyvän loppuelämän mahdollistamiseksi. Hoitomenetelmissä kiinnitetään huomiota heikkouksien sijasta enemmän yksilön vahvuuksiin. Pyritään kohtaamaan ihminen aidosti, arvostaen hänen omaa todellisuuttaan ja toimimalla tunteiden vastaanottajana sekä niiden tulkkina. Myös virikkeet ja mielekkään tekemisen mahdollistaminen nähdään tärkeänä, omatoimisuuden säilymisen kannalta. Toisin sanoen tavoitteena on toimia ihmislähtöisesti.

8.1 Ikääntyminen ja muistisairaus

Ikäihmiset voivat antaa nuoremmilleen elämän eväitä aarraitastaan, johon on talletettu elämäkokemuksen perspektiivistä, asioiden suhteellisuuden ymmärtäminen, elämän arvon tiedostaminen sekä verkkaisen elämän tuoma onnellisuus.

Vanhuus alkaa 75 – 85 vuosien tienoilla toimintakyvyn heikkenemisen takia. Muistisairaus on taakkana noin kolmasosalle 85-vuotiaista. Muistisairaus tuo mukanaan etenevän, moninaisen oireiston, joka johtaa lopulta vuodepotilaaksi ja puhekyvyn häviämiseen. Muistisairaahan tarpeet ovat kuitenkin samat kuin kaikilla ihmisillä. Hän tarvitsee turvallisuuden tunnetta sairauden aiheuttamien asioiden keskellä, hyväksyntää, kohtelua aikuisena, tunnetta oman elämän hallinnasta, ystäviä, joukkoon

kuulumisen tunnetta sekä ympäristön, missä saa käyttää kaikkia aistejaan ja toteuttaa itseään.

8.2 Tutkimustuloksia

Haastattelujen pohjalta muistisairaiden hoivassa ovat tärkeitä arjen säännöllinen rytmi ja rauhallinen, turvallinen ympäristö. Ohjaaminen ja rauhoittelu ovat isossa osassa hoitajien työtä. Ikäihmisen aitoa kohtaamista ja hellyyden osoittamista, varsinkin dementian loppuvaiheessa pidetään tärkeänä. Muistelu on todettu monissa lähteissä tärkeäksi ikäihmisen identiteetin tukijaksi, se mainittiin myös tutkimuksissa, mutta ei kuitenkaan noussut korostetusti esille.

Virike-esineet. Käsille tekemistä tarjoavista asioista on pulaa ja niitä vähäiä joita on, pidetään lelumaisina. Kaivataan aikuismaisia, oikeaa tekemistä tarjoavia esineitä, sekä esinettä joka rauhoittaa. Muistisairaatt huolehtivat omista tärkeistä tavaroistaan ja lehtien luku, tv ja radio ovat tuttuja arkirituaaleja entuudestaan. Hoivakodeissa on jonkin verran pelejä ja niitä käyttävät myös miehet, joilta muuten koettiin puuttuvan virike-esineet lähes kokonaan. Käytetyt esineet voitiinkin niputtaa ”tuttu entinen elämä” yläluokkaan, mutta virike-esineiden lelumaisuus ei sen otsikon alle sovi. Aikuisuus tarpeen huomioiminen mielekästä tekemistä tarjoavan tuotteen suunnittelussa oli yksi keskeinen asia. Muita tärkeitä ominaisuuksia virike-esineelle ovat

- itsenäiseen tekemiseen sopiva tuote, jota pystyy käyttämään ilman jatkuvaa ohjausta
- tuttuus, muistot
- turvallinen, kestävä ja pestävä
- muodoltaan tukeva, kooltaan isompi, helppo käsitellä kankeilla sormilla.

Tärkeimpänä virike-esineen tehtävänä pidetään käsille tekemisen antajaa. Tämän tehtävän ensimmäiseen sijaan saattoi vaikuttaa etukäteisoletus virike-esineen tehtävästä. Lähes yhtä tärkeitä ovat turvallisuudentunteen lisääminen ja rauhoittava vaikutus. Kun ajattelee muistisairauden mukanaan tuomia epätietoisuuden, pelon ja turvattomuuden tunteita, on näihin apukeinojen etsiminen ja avun antaminen ainakin yhtä tärkeää kuin käsille tekemisen antaminen. Myös hellyyden vastaanottamista pidetään virike-esineen tärkeänä tehtävänä.

Hypistelymuhvit. Tutkimuksen yksi kohde oli hypistelymuhvien käyttökokemukset muistisairailta. Ympäri Suomea hoivakoteihin lahjoitettuja hypistelymuhveja hoitajat pitivät pääasiassa hyvinä tuotteina, varsinkin keskivaikean ja vaikean dementian vaiheessa. Hypistelymuhveissa yhdistyvät tuttuus; muistot, joko sukan kutomisesta tai lapasten käytöstä; oman esineen tärkeys/omistaminen sekä eri aisteille tulevat virikkeet. Hypistelymuhvit ovat käytössä enemmän naisilla, mutta myös miehistä löytyy muhveista pitäviä. Hoito henkilökunnan näkökantana turvallisuus on ensiarvoisen tärkeää. Muistisairailta on yllättävän paljon voimaa käsissään ja muhvit joutuvat kovaan testiin, kun koristeita yritetään irrottaa. Irtoavat osat aiheuttavat tukehtumisvaaran. Myös mielellään 60 asteen konepesun kestävyys on huomioitava muhvin materiaaleja valitessa. Muhvi on onnistunut apuväline estämään itsensä raapimista ja toimii käsien lämmittimenä. Muhveista toivottiin tehtävän noin puolet pidempiä, jolloin ne lämmittäisivät käsivarsia myös korkeammalta ja toisena syynä lisäpituuteen on että usein kädet eivät asetu aivan oikeaoppisesti muhviin. Lapasmainen resori suuaukoissa teki hypistelymuhvista käytetyimmän kuin löysät, isosuiset muhvit. Sama vaikutus oli sisällä olevilla koristeilla, verrattuna niihin, joissa koristeet ovat vain päällä. Tosin ongelma ratkeaa muhvin kääntämisellä nurinpäin, jolloin koristeet jäävät sisäpuolelle.

Suunnittelu. Mielekästä tekemistä käsille tarjoavia tuotteita suunniteltiin kolme eri konseptivaihtoehtoa, virike-, rauhoittava- ja ryhmäkonseptit. Konsepteista valittiin

- kaksi rauhoittavaa tuotetta
- kolme eri mallia pelimäistä tuotetta
- muistelun väline
- yksi esine ryhmätoimintaan.

Valituista luonnoksista valmistettiin prototyypit, joiden kehitystyötä jatkettiin paremmin toimiviksi. Palvelukoti Jokilinnussa suoritettu testausaika toi heti ilmi korjaustarpeet ja ne korjattiin heti. Muuten testaus antoi vain positiivista palautetta kaikista prototuotteista. Osa toimi paremmin varhaisemman dementian vaiheessa ja osa jo pidemmälle edenneillä ja osa toimi molemmilla kuten reppu, labyrinthipeli ja pallokuja. Testiaika osoitti, että tuttuus on vahva elementti, jota pitää käyttää suunniteltaessa tuotteita muistisairaille.

8.2.1 Tutkimustavoitteet ja tuotosten vastaaminen niihin

Tässä opinnäytetyössä lähdekirjallisuuden ja nettisisällön avulla tutustuttiin vanhenemiseen, muistisairauksiin ja niihin näkymiin, mitä ikäihmisten hoito voi lähitulevaisuudessa olla. Kysely-, haastattelu ja havainnointitutkimuksen työkaluilla saatiin ymmärrys muistisairaana tarpeista elää miellyttäviä kokemuksia täynnä olevaa, turvallista ja ennakoitavaa arkea. Tähän yhtenä osana kuuluu itsensä toteuttaminen ja mahdollisuus käsillä tekemiseen.

Tarvelähtöinen, hyvinvointia lisäävä, mielekästä tekemistä tarjoava tuote jo enemmän hoivaa tarvitseville muistisairaille kunnioittaa aikuisuutta ja sisältää tuttuutta. Se tukee muistelua, haastaa ja palkitsee onnistumisella tai jonkin asian löytämisellä. Se voi myös lisätä turvallisuuden tunnetta, lohduttaa ja olla hellyyden kohde. Tuotteen pitää olla materiaaleiltaan laadukas, kestävä ja haptisuudeltaan moninainen. Tuotteen puhdistus on oltava helppoa. Kuitenkaan muistisaira ei saa olla helppo päästä täytteisiin käsiksi.

Tiedonhankinnan rinnalla ideointivaihe oli pohdiskelevaa ajatustyötä. Pääosa tuotesuunnittelusta tapahtui käytännössä prototyyppien valmistusvaiheessa. Tuotteille etsittiin materiaalien ja värien valinnoilla haluttuja mielikuvia. Spiraalimaisen muotoiluprosessin keinoin eli tekemällä oppiminen oli hyvä keino suunnitella tuotteita, joissa käsien tuntuma on tärkeää.

Prototyyppien testaaminen onnistui ja ei. Vaikka ne otettiin varovaisesti vastaan Jokilinnussa, tarjosivat ne monia piristykseen hetkiä myöhemmin. Rauhoittavan konseptin hevostyyny ei toiminut toivotulla tavalla. Se oli lähimpänä lelumaista tai koristetyynymäistä roolia, jota katseltiin, mutta ei pidetty juurikaan sylissä. Sen muhvimaisuus saattoi myös jäädä huomaamatta. Tuotteet kuitenkin olivat käytössä ja saivat aikaan keskustelua ja muistelua. Joten tuotesuunnittelu onnistui hyvin ja tuotteiden kehittelyä kannattaa jatkaa.

8.2.2 Tutkimusten luottamuksellisuus ja eettisyys

Tuomen ja Sarajärven (2009, 132–133) mukaan tutkimuksen tekijällä on vastuu noudattaa hyvä tieteellistä käytäntöä, olla vilpitön ja rehellinen kaikissa tutkimuksen osissa. Heidän mukaansa eettisesti kestävät ja vastuulliset tiedonhankinta- ja tutkimusmenetelmät, tarkkuus tulosten tallentamisessa, yksityiskohtaisessa esittämisessä ja huolellisessa analysoinnissa sekä avoimuus tutkimusten kulusta on tärkeää. Myös toisten tutkimustyön ja saavutusten arvostaminen kuuluu hyvään tieteelliseen käytäntöön.

Koska tutkimuksen kohteena olivat muistisairaat henkilöt ja tietoa kerättiin hoitohenkilökunnalta, pyrittiin kaikessa toimimaan eettisten periaatteiden mukaisesti. Mistään ei käy ilmi mistä hoivakodeista tutkimuksissa on kyse. Tiedot virike-esineistä ja niiden käytöstä kyselytutkimuksessa sekä hoitajien käytännön kokemukset muistisairaiden hoidosta ja virike-esineistä haastattelututkimuksessa, oli mahdollista analysoida ilman lähdetietoja. Sillä pystyttiin suojaamaan kaikkien osallistuneiden yksityisyys. Muistisairaiden havainnointitutkimus mietitytti, voidaanko se tehdä, kun asian selittäminen ei takaa varmuutta ymmärtämisestä tai osallistumisen halusta. Havainnointitutkimus kesti vain vähän aikaa, aiheuttaakseen mahdollisimman vähän häiriötä se oli liitetty asukkaiden tuttuun arjen rytmiin ja vaikka prototyyppejä houkuteltiin kokeilemaan, ne jotka eivät olleet kiinnostuneita, jätettiin rauhaan. Havainnointitutkimuksen analyysissa kuvataan vain yleisesti prototyyppeihin tutustumisen reaktioita, mainiten ainoastaan kumpaa sukupuolta virike-esineen prototyyppiin tutustuja oli. Kuvat jotka otettiin, hyväksytettiin osastonhoitajalla, eikä niistä voida tunnistaa ketään.

Kyselytutkimuksen 46 vastaajan otos on pieni, mutta toisaalta vastaajat olivat suurimmaksi osaksi hoitohenkilökuntaa, ja heillä on käytännön tuoma kokemus asiasta. Kysymysten huolellisesta valinnasta huolimatta, vastaukset osoittivat kysymyksissä olleita puutteita, kuten virike-esineiden paremmuusjärjestykseen laittamisen vaikeus, muistelun puuttuminen virike-esineiden tärkeistä tehtävistä tai tyynyn määrittäminen virike-esineeksi, laittamalla se monivalintavaihtoehdoksi. Kyselytutkimuksen Webropol-kyselyn raportti on liitteessä 2. Haastattelututkimuksen osalta huolehdittiin litteroinnin tarkkuudesta ja analyysin tuloksia verrattiin alkuperäisen aineis-

toon. Tulosten saamiseksi piti tehdä yhteenvetoa ja tulkintaa, joka on minun, tutkijan, näkemys yksittäisten asioiden tärkeydestä, mutta toinen tutkija voisi korostaa eri asioita. Koska litteroitu aineisto sisältää tunnistettavia asioita, sitä ei ole liitteenä, vain sen käsitekarttaan uudelleen ryhmitelty sisältö on liitteessä 4. Koko tutkimuksen aikana on kaikki asiat, myös tuotesuunnittelun prosessista, tuotu esiin juuri niin kuin ne etenivät.

8.3 Pohdinta

Sanonta, ”Kun vanhetaan, tullaan lapseksi jälleen”, on väärin, koska sillä vähennetään ikäihmisten arvoa. Jokainen pitkä, ainutkertainen elämä ja aikuisuus ovat ansaittuja arvoja, jotka pitää saada, sairauksista huolimatta, omistaa koko loppuelämän. Hyvä puoli on, ettei näiden arvojen toteutus ole kallista, lähinnä asennekysymyksiä.

Lopputyö opetti muuta, kuin mitä siltä odotin. Ajatus hoivatuotteen suuresta roolista tylsien hetkien pelastajana tuntuu nyt vähintäänkin pinnalliselta katsontakannalta. Ikäihmiset tarvitsevat rajoitteistaan huolimatta, aidon, omanlaisen, oman tahtisen ja mielelle rikkaan elämän. Nuorempien sukupolvien kunnia-asia pitäisi olla sen mahdollistaminen. Sen toteutus on myös mahdollista, eri tahojen voimien yhdistämisellä ja yhteisellä tahdolla.

Haastattelututkimuksen analyysissä selvisi, että aikuisuuden arvo ja monien virike-esineiden lelumaisuus eivät istu yhteen. Hyvän virike-esineen pitää olla jatkoa aiemalle omalle elämälle. Toisaalta tämän hetken ikäihmiset ovat aikoinaan tottuneet tekemään töitä, elämään ei ole kuulunut turhien asioiden parissa harrastaminen. Tämä tapa ei katoa, vaikka muisti katoaisikin. Kun ei enää näe hyvin tai ei muuten pysty tekemään hyödyllisiä asioita, silloin on luonnollinen vaihtoehto olla tekemättä mitään. Vaikuttaako tämä tottumus siihen, kuinka halutaan käyttää tarjolla olevia virike-esineitä? Siksi hyödyksi olemisen kokemus olisi tärkeä elementti tekemisessä, jota muistisairaille tarjotaan.

Kokonaisuudessaan tutkimusmatka ikäihmisten maailmaan oli rikas. Lähdekirjallisuus antoi isojen haasteiden näkökulman, josta seurasi tunne, että yksi voi tehdä

kovin vähän ja tarvitaan isoja ”hartioita” onnellisen loppuelämän mahdollistamiseksi. Kysely- ja haastattelututkimukset antoivat ison sylillisen henkilökunnan, hyvin moninaisia, näkökulmia työmäärän kasvun pelosta – suureen rakkauteen ikäihmisiä kohtaan. Havainnointitutkimus antoi pienen, hoivakodissa asuvan ihmisen näkökulman yksinkertaisen, selkeän ja herkän, ei yhtään monimutkaisen. He toivat minut tutkijana takaisin maan pinnalle ja ymmärtämään, että pienikin apu on hyvä apu.

Tutkimukset olivat ehdottoman tärkeitä nostamaan aidon käytännön tiedon esiin ja suunnittelun pohjaksi. Tutkimuksen otos oli pieni, joten tuloksia ei voida pitää liian totena. Konkreettisenä käytännön hyötynä tästä tutkimuksesta on hypistelymuhvien hyväksi koettujen ominaisuuksien kerääminen ja tiedon jakaminen muhvien tekijöille. Yhteistyökumppani oli myös erittäin tärkeä osa tuotteiden onnistumisesta. Ilman prototyyppien testausta, olisi moni asia jäänyt oivaltamatta.

Alitajunta on ihmisen hyvä käskyläinen, siltä voi pyytää ongelman ratkaisua, mutta alitajunta tekee työn ajan kanssa, eikä sitä voi hoputtaa (Media Lab Helsinki, [viitattu: 21.4.2016]). Tässä suunnitteluprosessissa opin luottamaan alitajuntaani. Koin käytännössä, kuinka aivot prosessoivat ongelmaa silloin, kun sitä ei itse tietoisesti pyrkinyt tekemään. Parhaat ideat syntyivät aamulla herätessäni, aivojen levättyä edellisestä, asiaan liittyvästä ponnistelusta.

Tutkimuksessa nousi esiin haasteita, joita ei onnistuttu tämän työn puitteissa ratkaisemaan, kuten hoivakodeissa asuville miehille mieluisen käsillä tekemisen antama tuote. Tietotekniikka on tähän yksi mahdollisuus, koska tietokoneet valloittavat hoivakodit varmasti, kun tietotekniikkaan tottuneet siirtyvät sinne. Mutta aina tullaan tarvitsemaan myös konkreettisia esineitä.

Onnistunut hyvinvointia tuottava esine on pieni apuväline, joka parhaimmillaan, käsien puuhastelun lisäksi, tuo lohtua ja turvaa tai mielelle hyvinvointia, viemällä muis-tojen luo. Varsinaisen tarpeen tyydyttäjäksi olisi - haasteena muotoilijoille – tuote, josta olisi oikeaa hyötyä ja josta ikäihminen käyttäjänä, saisi tunteen omasta tarpeellisuudesta - koska tarpeellisuuden tunne on yksi mielekkään elämän kulmakiviä.

LÄHTEET

- Burakoff, K. Ei päiväystä. Aistien merkitys vuorovaikutuksessa. [Verkkojulkaisu]. Kehitysvammaliitto: Papunet. [Viitattu: 13.3.2016]. Saatavana: http://papunet.net/fileadmin/muut/vuorovaikutus/aistit_ja_vuorovaikutus.pdf
- Eloniemi-Sulkava, U. 2011. Muistisairaahan ihmisen tarvelähtöinen hoidon kokonaisuus: Kuinka vastaan muistisairaahan ihmisen tarpeisiin hoidossa? [Verkkolehdistiartikkeli]. Memo-lehti 2011-04. [Viitattu: 16.3.2016]. Saatavana: <http://www.muistiasiantuntijat.fi/memo.php?udpview=read&src=db25114&sid=136&issue=2011-04>
- Eloniemi-Sulkava, U. 2015. Ikä ei saisi määrittää ihmistä. [radio-ohjelma]. Radio Yle Puhe, 28.9.2015. [Viitattu: 24.2.2016]. Saatavana: <http://areena.yle.fi/1-3024902?autoplay=true>
- eNorssi. Ei päiväystä. Käsitekartta (mind map). [Verkkosivu]. Opettajankouluttajien yhteistyöverkosto. [Viitattu: 17.4.2016]. Saatavana: <http://www.enorssi.fi/opetus-ja-materiaalit/tyotapapankki-1/kasitekartta-mind-map>
- Fried, S. 2013. Mielen hyvinvoinnin ulottuvuudet. Teoksessa: Fried, S., Heimonen, S. & Jokinen, P. 2013. Ikääntyminen ja mielen hyvinvointi: Katsaus kirjallisuuteen. Helsinki: Ikäinstituutti. Oraita 1/2013. 9–26.
- Haavisto, M. 2014. Muistisairaat saivat oman kylän, täällä heitä kohdellaan ihmisinä. [Verkkolehdistiartikkeli]. Otavamedia: Suomen kuvalehti. [Viitattu: 24.2.2016]. Saatavana: <http://suomenkuvalehti.fi/jutut/ulkomaat/tassa-ja-nyt-hogeweykin-kylassa-muistisairaat-saavat-olla-ihmisia/>
- Hartikainen, S. & Lönnroos, E. 2008. Geriatria: arvioinnista kuntoutukseen. Helsinki: Edita.
- Heikkinen, A. 2016. Mitä tapahtuu Alzheimerin tautia sairastavan aivoissa? [Radio-ohjelma]. Yle Areena, 22.1.2016. [Viitattu 6.3.2016]. Saatavana: <http://areena.yle.fi/1-3270939>
- Heimonen, S. 2013a. Esipuhe. Teoksessa: Fried, S., Heinonen, S. & Jokinen, P. (toim.) Ikääntyminen ja mielen hyvinvointi: katsaus kirjallisuuteen. Helsinki: Ikäinstituutti. Oraita 1/2013. 1–8.
- Heimonen, S. 2013b. Lopuksi. Teoksessa: Fried, S., Heinonen, S. & Jokinen, P. (toim.) Ikääntyminen ja mielen hyvinvointi: katsaus kirjallisuuteen. Helsinki: Ikäinstituutti. Oraita 1/2013. 47–49.

- Heikkinen, A. 2012. Vihreää hoivaa. [Radio-ohjelma]. Yle Areena, 18.2.2012. [Viitattu 6.3.2016]. Saatavana: <http://areena.yle.fi/1-1460878>
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2001. Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirvonen, H. 2011. Hoivatyön logiikka 2000-luvun Suomessa. [Verkkolehtiartikkeli]. Revalvaatio, 11.2.2011. [Viitattu: 16.4.2016]. Saatavana: <http://www.revalvaatio.org/wp/hirvonen-hoivatyon-logiikka-2000-luvun-suomessa/>
- Honka, J. 2011. Huolenpitoa luovasti: Creative Care Oy:n Care Programme-hyvintointiohjelman konseptin käyttäjälähtöinen suunnittelu ympärivuorokautisten vanhuspalvelujen tarpeisiin. [Verkkojulkaisu]. Aalto yliopiston Taideteollinen korkeakoulu, Porin taiteen ja median laitos, Creative Business Management. Taiteen maisterin lopputyö. [Viitattu: 27.3.2016]. Saatavana: https://aalto-doc.aalto.fi/bitstream/handle/123456789/3619/60_honka_jenny_2011.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ijäs, K. 2014. Valoa vanhuuteen. Helsinki: Kirjapaja.
- Jyväskylän yliopisto. 2015. Survey. [Verkkosivu]. [Viitattu: 18.4.2016]. Saatavana: <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/survey>
- Kettunen, I. 2001. Muodon palapeli. Helsinki: WSOY.
- Kettunen I. 2013. Mielekkyyden muotoilu: autoetnografia tuotekehityksen alkuvaiheista. [Verkkojulkaisu]. Lapin yliopisto, taiteiden tiedekunta, väitöskirja. [Viitattu: 12.4.2016]. Saatavana: http://www.aatepaja.fi/wp-content/uploads/2014/06/vaitoskirja_ilkkakettunen_nettiin_aukeamat.pdf
- Kodin ulkopuolisessa hoidossa. 2015. Kodin ulkopuolisessa hoidossa. [Verkkosivu]. Valtiokonttori. [Viitattu 21.4.2016]. Saatavana: http://www.suomi.fi/suomifi/suomi/palveluoppaat/ikaantuvan_palveluopas/asumiseni/kodin_ulkopuolisessa_hoidossa/index.html
- Lapua. Ei päiväystä. Ikäihmisten palvelut. [Verkkosivu]. [Viitattu: 7.4.2016]. Saatavana: <http://www.lapua.fi/web/?c=2558&nv=2488&lang=fi>
- Lapuan perusturvaorganisaatio. Ei päiväystä. [Verkkojulkaisu]. [Viitattu: 7.4.2016]. Saatavana: http://www.lapua.fi/files/Tiedostot/Perusturvan_organisaatio.pdf
- Lahdensuo, K. 2016. Tehostetun asumisen yksikkö, palvelukoti Jokilinnun esimies. Lapuan kaupunki. Haastattelu 11.4.2016
- Lahti, K. 2016. Sosiaali- ja terveysalan lehtori. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Haastattelu 3.2.2016.

- Lahtinen, R. & Palmer, R. 2014. Kehotarinoita haptiiseilla: kosketusviestejä kaikenikäisille. Helsinki: Lönnberg Print & Promo.
- Lindblom, H. 2015. Apuväline korun keinoin. [Verkkojulkaisu]. Lahti: Lahden ammattikorkeakoulu. Muotoilu ja taideinstituutti, Muotoilun koulutusohjelma. Opinäytetyö. [Viitattu: 26.1.2016]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2015071613859>
- Media Lap Helsinki. Ei päiväystä. Luovuus ja ideointiharjoituksia. [Verkkosivu]. [Viitattu: 21.4.2016]. Saatavana: http://www.mlab.uiah.fi/polut/Luovuus/tyokalu_kehita_luovuus.html
- Metsämuuronen, J. 2011. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä 4.[Verkkokirja]. Helsinki: International Methelp.
- Muistiliitto. 2013. Dementia. [Verkkosivu]. Helsinki: Muistiliitto Ry. [Viitattu: 3.4.2016]. Saatavana: <http://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/muistihairiot-ja-sairaudet/muistisairaudet/dementia/>
- Muistiliitto. 2015a. Muistiliiton käsitteistö. [Verkkosivu]. Helsinki: Muistiliitto Ry. [Viitattu: 13.4.2016]. Saatavana: <http://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/kasitteita/>
- Muistiliitto. 2015b. Muistisairaudet. [Verkkosivu]. Helsinki: Muistiliitto Ry. [Viitattu: 3.4.2016]. Saatavana: <http://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/>
- Mäkinen, K. 2014. Ajatuksia vanhuudesta: Geriatriapäivät 31.1.2014.[Verkkoartikkeli]. Turun arkkihiippakunta. [Viitattu: 9.2.2016]. Saatavana: <http://www.arkkihiippakunta.fi/arkkipiispa/puheet-ja-kirjoitukset/puheenvuorot-ja-tervehdykset/2014/ajatuksia-vanhuudesta-geriatripa/>
- Papunet. 2015. Multisensorinen toiminta. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Kehitysvammaliitto. [Viitattu: 14.3.2016]. Saatavana: <http://papunet.net/tietoa/multisensorisen-toiminta>
- Peltotupa, H. 2016. Suomiteko-Tekoja: ”Hoivakoteihin luontohuone, jossa on videoseinä”. [Verkkosivu]. Yle. [Viitattu: 16.4.2016]. Saatavana: http://yle.fi/uutiset/tama_on_minun_suomi-tekoni/8797190
- Petäjämäki, N. 2014. Elämänmakuisen arjen juurtuminen vanhustyöhön: kehittämistyö palveluasumisyksikkö Mäki-Kevarissa. SeAMK Sosiaali- ja terveysala, Geronomi (AMK) Opinäytetyö. Julkaisematon.
- Pohjavirta, H. 2012. Onko tänään eilen: TunteVa®-opas muistisairaita hoitaville. Tampere: Tampereen kaupunkilähetys.

- Rinki, 2012. Muovi rynnii Pohjanmaalla. [Verkkolehti]. Suomen pakkauskiekkätyy Rinki Oy: asiakasjulkaisu. [Viitattu: 17.4.2016]. Saatavana: <http://info.rinki.fi/muovi-rynnii-pohjanmaalla/>
- Ruotsalainen, M. & Suvanto, S.2015. Hypistelymuhvi tuo iloa sekä tekijälle että saajalle. [Verkkolehti]. Helsinki: Suomen Sydänliitto ry. [Viitattu 19.3.2016]. Saatavana: <http://www.sydan.fi/terveys-ja-hyvinvointi/hyvaa-hypistelya>
- Semi, T. 2004. Ihmetekoja kaapista löytyvillä tavaroilla: Ilmaisullinen kuntoutusmenetelmä dementiatyössä. Porvoo: Opri ja Oleksi Oy.
- Sundberg, M. 2013. "Painopeiton kaveriksi": Painopeitto kehitysvammaisten rentoutumiseen toimintaterapiassa. [Verkkojulkaisu]. Jyväskylä: Jyväskylän Ammattikorkeakoulu. Toimintaterapian koulutusohjelma, Sosiaali-, terveys ja liikunta-ala. Opinnäytetyö. [Viitattu: 17.4.2016]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201304204688>
- Telaranta, P. 2014. Muistisairauden kanssa: Alzheimer arjessa. Helsinki: Auditorium.
- Tilastokeskus. 2016. Väestön ikärakenteen kehitys. [Verkkosivu]. Valtioneuvoston kanslia ja tilastokeskus. [Viitattu 7.4.2016]. Saatavana: <http://www.findikaattori.fi/fi/81>
- Thomsen L. 2015a. Tuntoaistin aakkoset, Taistelu eloon jäämisestä. [TV-ohjelma]. Yle FEM, 13.1.2016. [Viitattu: 22.1.2016]. Saatavana <http://areena.yle.fi/1-3010055>
- Thomsen L. 2015b. Kosketuksen parantava voima. [TV-ohjelma]. Yle FEM, 13.1.2016. [Viitattu: 22.1.2016]. Saatavana: <http://areena.yle.fi/1-3010057?autoplay=true>
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 6. uud. p. Helsinki: Tammi.
- Yle. 2016. "Suomesta paras paikka kuolla" – Professori: Ratkaisevaa se, miten ympäristö reagoi väistämättömään kriisiin. [Verkkodokumentti]. Yle: Aamu-TV. [Viitattu. 16.4.2016]. Saatavana: http://yle.fi/uutiset/suomesta_paras_paikka_kuolla_professori_ratkaisevaa_se_miten_ymparisto_reagoi_vaihtamattomaan_kriisiin/8807487

LIITTEET

Liite 1. Kyselytutkimuksen kyselylomake ja saatekirje sen alussa

Liite 2. Kyselytutkimuksen analyysi

Liite 3. Kyselytutkimuksen avointen kysymysten luokittelu: Miesten käyttämät virike-esineet

Liite 4. Kyselytutkimuksen avointen kysymysten luokittelu: Tarpeet joihin virike-esineitä kaivataan

Liite 5. Haastattelututkimuksen kysymykset

Liite 6. Haastattelututkimuksen litteroidusta aineistosta muodostettu käsitekartta

LIITE 1 Kyselylomake ja saatekirje sen alussa

Kyselytutkimus hoivakodeissa asuvien muistisairaiden käyttämistä "virike-esineistä"

Olen Seinäjoen Ammattikorkeakoulun muotoilun koulutusohjelman neljännen vuoden opiskelija.
Suunnittelen ja valmistan opinnäytetyönäni "virike-esineen",
sairaudessaan jo pidemmälle edenneille, hoivakodeissa asuville muistisairaille.

Tällä kyselyllä pyrin kartoittamaan vapaaehtoisten, muistisairaille valmistamien hypistelymuhvien käyttökokemuksia
sekä kartoittamaan mitä muita "virike-esineitä" on hoitokodeissa käytössä.

"Virike-esine" ei terminä kuvaa kovin hyvin asiaa, joka voi antaa muistisairaalle virikkeen lisäksi
myös turvallisuuden tunnetta tai toimia mahdollisesti kommunikaation auttajana.
Siksi käytän lainausmerkkejä virike-esinesanan yhteydessä, kertomassa sen monimerkityksellisyydestä.

Tässä kyselyssä on yhdeksän monivalintakysymystä ja kaksi kysymystä, joihin vastataan omin sanoin.

Kiitos jo etukäteen hetken ajastasi, joka auttaa minua suunnittelemaan
mahdollisimman hyödyllisen ja toimivan "virike-esineen".

Taustatiedot

Taustatiedot ovat tärkeitä vastausten tilastollista käsittelyä varten. Tähdellä merkittyihin kysymyksiin täytyy vastata
päästäkseen eteenpäin.

1. Sukupuoli

- ☐ nainen
☐ mies

2. Ikä

- ☐ 18–25 vuotta
☐ 26–35 vuotta
☐ 36–45 vuotta
☐ 46–55 vuotta
☐ 56–65 vuotta
☐ yli 66 vuotta

7. Määritä hypistelymuhvin hyviä ominaisuuksia.

Rastita väittämän merkitys asteikolla ei yhtään merkitystä – paljon merkitystä. Väittämissä hypistelymuhvi on korvattu sanalla se.

	ei yhtään merkitystä	vain vähän merkitystä	jonkin verran merkitystä	aika paljon merkitystä	hyvin paljon merkitystä
siinä on paljon värejä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
se on paksu/tukeva	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
se on ohut/taipuisa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
siinä on erimallisia koristeita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
siinä on koristeita ulkopuolella	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
siinä on koristeita sisäpuolella	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
siinä on monia eri tuntuksia materiaaleja	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
siinä on selkeitä isoja koristeita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
siinä on paljon pieniä koristeita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
siinä on kovia materiaaleja, esim. napit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Muut hoivakodissanne käytetyt muistisairaiden "virike-esineet"

8. Mitä muita "virike-esineitä" on käytössä hoivakodissanne? Merkitse numeroin neljä parhaiten toimivaa, muille riittää rastit.

Número 1 on paras virike-esine, no 2 seuraavaksi paras, jne.

- ☐ pehmoeläin ☐
- ☐ nukke ☐
- ☐ tyyny ☐
- ☐ painopeitto ☐
- ☐ palapeli ☐
- ☐ leikkiastiat ☐
- ☐ palikat ☐
- ☐ eri materiaaliset kankaat ☐
- ☐ materiaalit luonnosta ☐
- ☐ muu

9. Missä tilanteessa koet "virike-esineestä" olevan hyötyä? Numeroi neljä hyödyllisintä asiaa, seuraaviin riittää rastit. Numero 1 on hyödyllisin asia, no 2 toiseksi hyödyllisin, jne.

- ☐ se virkistää ☐
- ☐ se auttaa rauhoittumaan ☐
- ☐ se auttaa kommunikaatiotilanteessa ☐
- ☐ se auttaa hoitotoimissa ☐
- ☐ se tuo turvallisuuden tunnetta ☐
- ☐ se on hellyyden osoittamisen kohde ☐
- ☐ se tyydyttää käsillä tekemisen tarvetta ☐
- ☐ muu

10. Kerro mitä "virike-esineitä" miehet käyttävät hoivakodissanne.

11. Mihin tilanteeseen kaipaisit kehitettävän uutta "virike-esinettä"?
Tässä voit kertoa halutessasi myös muuta, muistisairaiden "virike-esineisiin" liittyvää.

LIITE 2 Kyselytutkimuksen analyysi

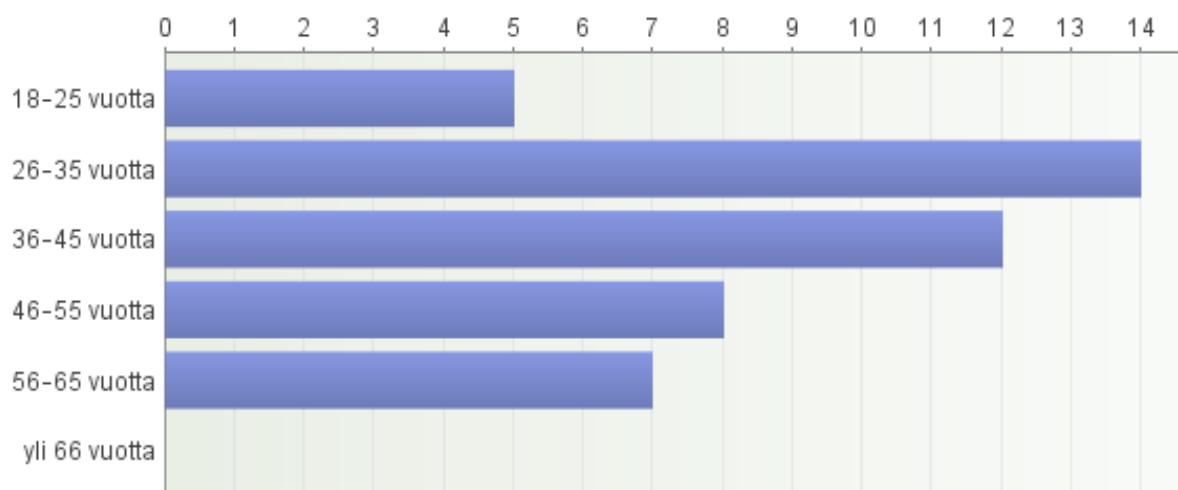
1. Sukupuoli

Vastaajien määrä: 46



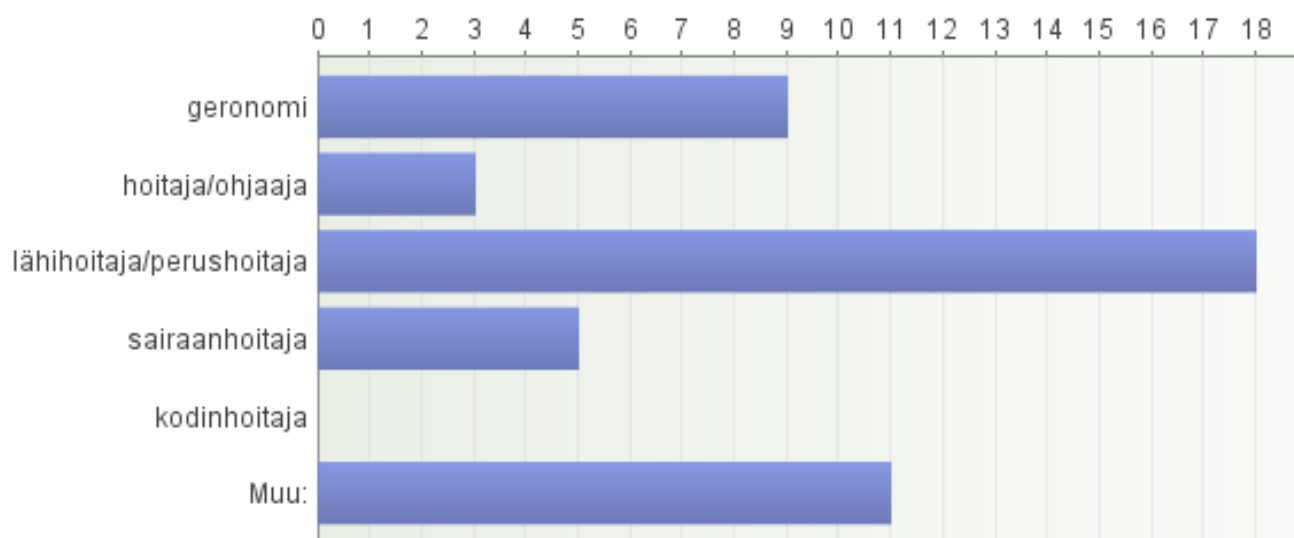
2. Ikä

Vastaajien määrä: 46



3. Työtehtäväsi hoivakodissa

Vastaajien määrä: 46

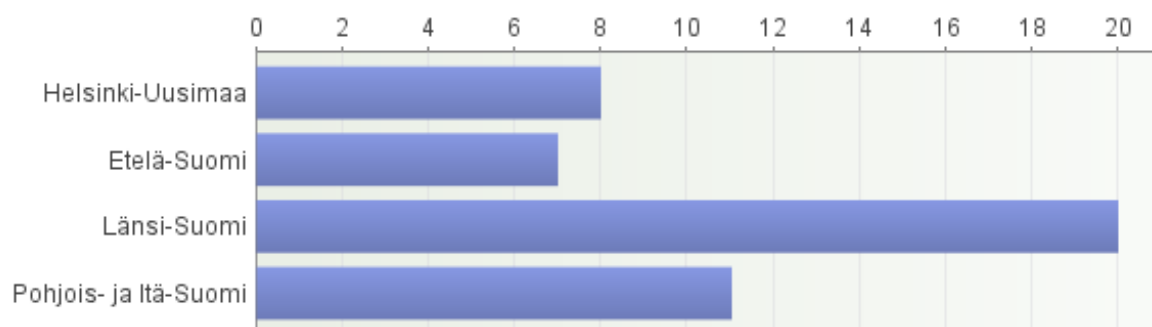


Avoimet vastaukset: Muu:

- esimies
- palveluohjaaja (sosiaalisen kuntoutuksen AMK)
- Sosionomi yamk
- VASTAAVA SAIRAANHOITAJA
- palveluohjaaja
- vastaavahoitaja
- osastonhoitaja
- Virikeohjaaja
- fysioterapeutti
- johtaja
- esimies

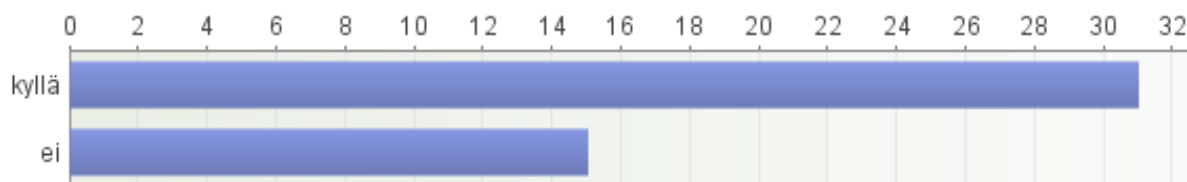
4. Hoivakodin alueellinen sijainti

Vastaajien määrä: 46



5. Onko hoivakodissanne käytössä hypistelymuhveja? Hypistelymuhvi on neulottu tai virkattu tuubi, jonka molemmista päistä voi pujottaa kädet sisään. Muhvissa voi olla sekä sisällä että ulkopuolella hypisteltäviä koristeita.

Vastaajien määrä: 46



6. Jos vastasit kyllä, arvioi ja merkitse rastilla, kuinka moni kymmenestä muhvin käyttäjästä hyötyy muhvista väittämän esittämällä tavalla. Väittämissä hypistelymuhvi on korvattu sanalla se.

Vastaajien määrä: 31

	1/1 0	2/1 0	3/1 0	4/1 0	5/1 0	6/1 0	7/1 0	8/1 0	9/1 0	10/ 10	Yhteensä	Keskiarvo
Se rauhoittaa	3	6	1	1	2	4	4	7	1	2	31	5,45
Se antaa positiivista mieltä	1	3	3	1	3	3	8	5	2	1	30	5,9
se antaa pitkäkestoista puuhaa käsille	2	2	5	1	3	5	5	3	3	1	30	5,53
siihen on helppo kiintyä	3	2	3	3	5	1	2	5	3	2	29	5,52
se sopii naisille	1	1	1	2	4	3	2	2	8	7	31	7,23
se sopii miehille	5	3	1	0	6	3	2	3	2	3	28	5,29
se on hyödyllinen muistisairauden alkuvaiheessa ²	8	4	2	4	1	4	2	1	1	0	27	3,63
se on hyödyllinen muistisairauden ajan ja paikantajan hämärtyamisen vaiheessa ²	2	2	5	0	1	2	5	7	1	4	29	6,14
se on hyödyllinen muistisairauden toistuvien liikkeiden vaiheessa ²	3	1	2	0	1	1	2	6	7	7	30	7,23
se on hyödyllinen muistisairauden sisäänpäin kääntymisen vaiheessa ²	4	1	2	0	4	1	3	4	6	5	30	6,5
Yhteensä	32	25	25	12	30	27	35	43	34	32	295	5,84

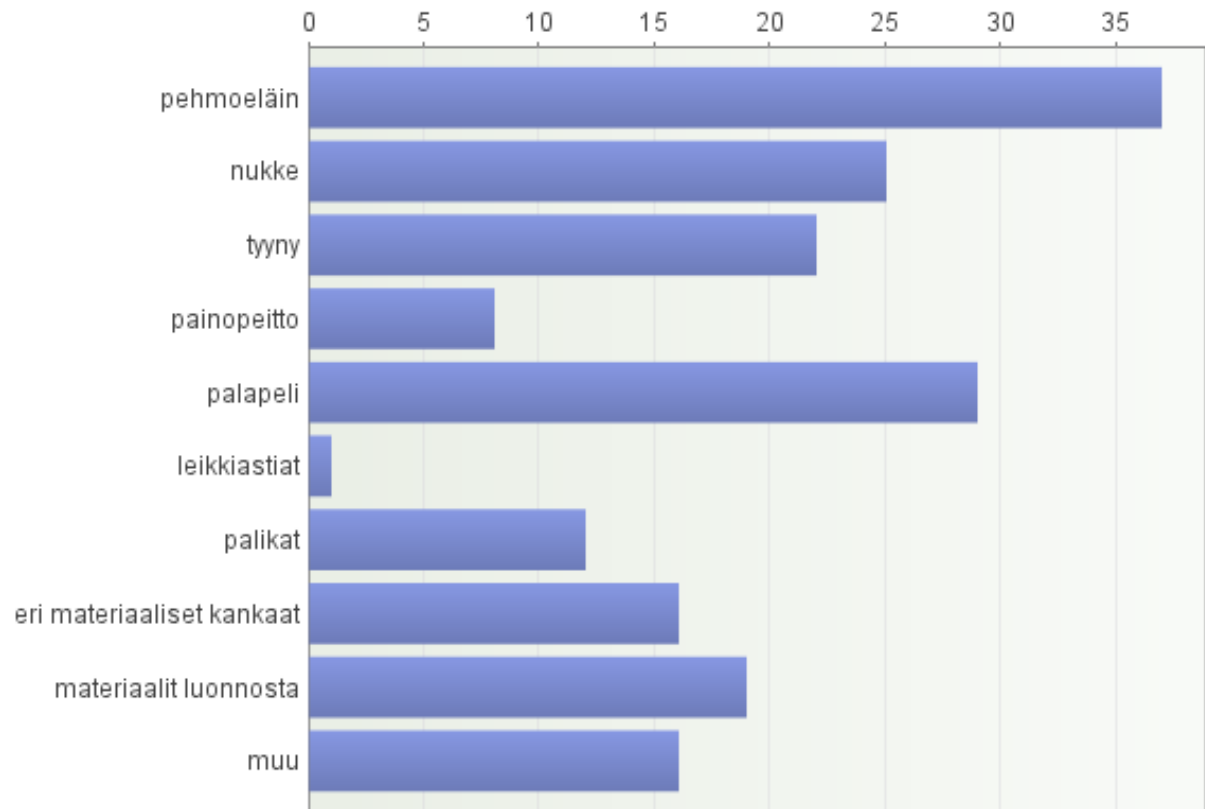
7. Määritä hypistelymuhvin hyviä ominaisuuksia. Rastita väittämän merkitys asteikolla ei yhtään merkitystä – paljon merkitystä. Väittämissä hypistelymuhvi on korvattu sanalla se.

Vastaaajien määrä: 35

	ei yhtään merkitystä	vain vähän merkitystä	jonkin verran merkitystä	aika paljon merkitystä	hyvin paljon merkitystä	Yhteensä	Keskiarvo
siinä on paljon värejä	0	1	9	14	12	36	4,03
se on paksu/tukeva	2	4	10	14	6	36	3,5
se on ohut/taipuisa	2	9	17	4	3	35	2,91
siinä on erimallisia koristeita	0	0	4	14	17	35	4,37
siinä on koristeita ulkopuolella	0	1	5	12	17	35	4,29
siinä on koristeita sisäpuolella	0	5	4	14	13	36	3,97
siinä on monia eri tuntuksia materiaaleja	0	1	3	15	16	35	4,31
siinä on selkeitä isoja koristeita	0	2	4	14	12	32	4,13
siinä on paljon pieniä koristeita	1	11	11	7	5	35	3,11
siinä on kovia materiaaleja, esim. napit	2	2	7	13	12	36	3,86
Yhteensä	7	36	74	121	113	351	3,85

8. Mitä muita "virike-esineitä" on käytössä hoivakodissanne? Merkitse numeroin neljä parhaiten toimivaa, muille riittää rastit. Numero 1 on paras virike-esine, no 2 seuraavaksi paras, jne.

Vastaajien määrä: 45



Avoimet vastaukset: pehmoeläin

- 2
- 2
- 3
- 2
- 2
- 1
- 3
- 3
- 4
- 2
- 1
- 3
- 3
- 1
- 2
- 1
- 2

- 4
- 1
- 2
- 1
- 1

Avoimet vastaukset: nukke

- 1
- 3
- 3
- 1
- 2
- 1
- 3
- 1
- 2
- 3
- 2

Avoimet vastaukset: tyyny

- 3
- 2
- 4
- 2
- 3
- 2
- 1
- 2
- 1
- 2
- 4

Avoimet vastaukset: painopeitto

- 2
- 1

Avoimet vastaukset: palapeli

- 4
- 1
- 2
- 4
- 1
- 4
- 2
- 1
- 1
- 3
- 2
- 3
- 3
- 3
- 4

Avoimet vastaukset: leikkiastiat

Avoimet vastaukset: palikat

- 4
- 1
- 4
- 1

Avoimet vastaukset: eri materiaaliset kankaat

- 3
- 3
- 4
- 4
- 1
- 4
- 3
- 3

Avoimet vastaukset: materiaalit luonnosta

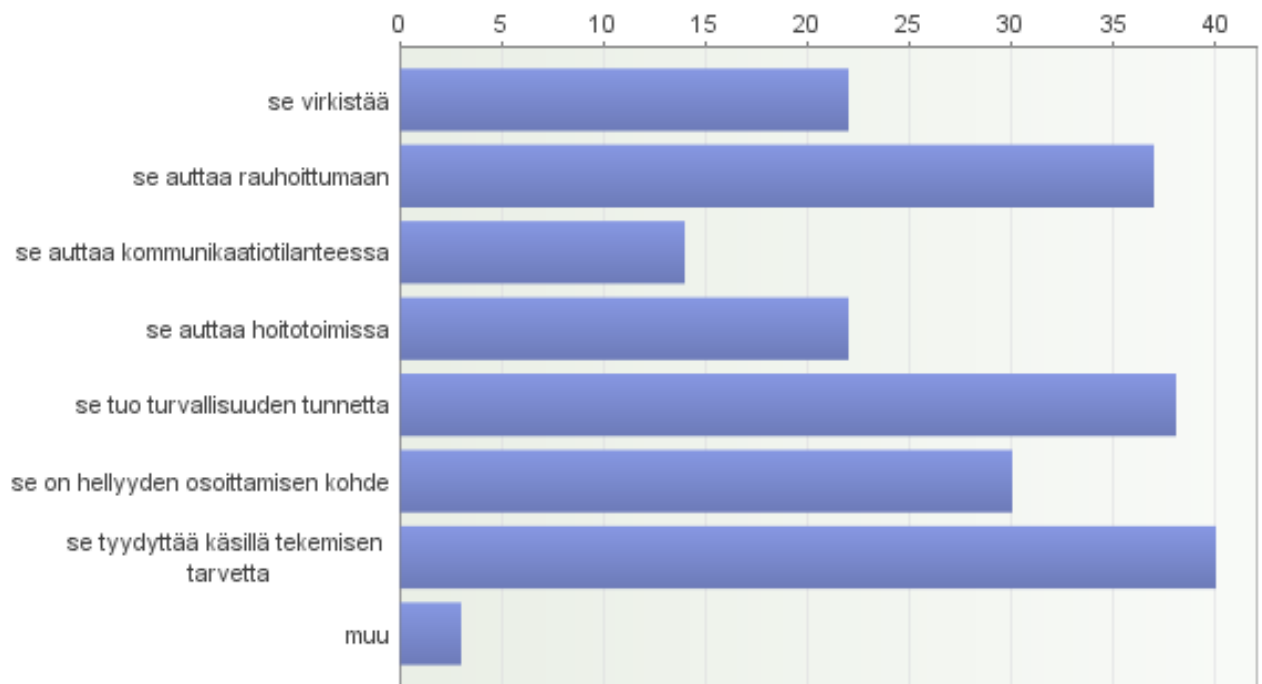
- 4
- 1
- 2
- 3
- 2
- 2
- 4
- 1
- 1

Avoimet vastaukset: muu

- Palloja
- 1 Lankakerä ja puikot
- pallot, erilaiset pienet tyynyt jotka materiaaleiltaan erilaisia
- kirjat, lehdet
- "hamstrauslaatikot"
- virikeliina, jossa erilaisia materiaalia nappeja joita voi napittaa, vetoketju, pitsiä taskuja. joissa esineitä, naruja letittämiseen
- Hanskat, terapia
- Pehmeät pallot
- kampauspöytä ja sen esineet korut ja kammat, kivet ja pienet esineet joista voi tehdä asetelmia
- aisteja herätteleviä, valoeffektejä omaavia esineitä. taideteoksia seinällä, joissa eri materiaaleja, esim. pehmokissa, lehmä utareineen, luovutettu possu...
- tuoksu/tunnustelu -pussit 2
- Musiikkia joka päivä
- Virikeliasto, jonka tavaroihin saa koskea.1
- 4
- naisilla käsilaukku sisältöineen.
- erilaisia palloja ja " taikahiekkää"

9. Missä tilanteessa koet "virike-esineestä" olevan hyötyä? Numeroi neljä hyödyllisintä asiaa, seuraaviin riittää rastit. Numero 1 on hyödyllisin asia, no 2 toiseksi hyödyllisin, jne.

Vastaajien määrä: 46



Avoimet vastaukset: se virkistää

- 4
- 4
- 1
- 7
- 5
- 2
- 4
- 4
- 4

Avoimet vastaukset: se auttaa rauhoittumaan

- 2
- 3
- 1
- 1
- 1
- 4
- 2

- 5
- 2
- 1
- 2
- 2
- 1
- 1
- 2
- 1
- 3
- 2
- 3
- 1
- 3
- 3
- 3
- 3

Avoimet vastaukset: se auttaa kommunikaatiotilanteessa

- 4
- 3
- 4
- 3
- 6
- 4
- 3

Avoimet vastaukset: se auttaa hoitotoimissa

- 4
- 4
- 2
- 1
- 2
- 2
- 7
- 4

Avoimet vastaukset: se tuo turvallisuuden tunnetta

- 2
- 3
- 1
- 2
- 2
- 2
- 2
- 2
- 2
- 3
- 3
- 3
- 3
- 2
- 1
- 2

- 1
- 3
- 1
- 1
- 1
- 2
- 2

Avoimet vastaukset: se on hellyyden osoittamisen kohde

- 1
- 3
- 2
- 4
- 3
- 1
- 3
- 6
- 4
- 4
- 4
- 4
- 2
- 2

Avoimet vastaukset: se tyydyttää käsillä tekemisen tarvetta

- 1
- 2
- 1
- 3
- 4
- 3
- 3
- 4
- 1
- 3
- 1
- 4
- 1
- 1
- 4
- 3
- 4
- 3
- 2
- 1
- 1
- 2
- 2
- 1
- 1

Avoimet vastaukset: muu

- antaa mahdollisuuden omaehtoiseen asukkaalle mielekkääseen toimintaan
- muhvi estää asukasta raapimasta itseään
- luo "kuuluvuuden" tunnetta ryhmissä 4

10. Kerro mitä "virike-esineitä" miehet käyttävät hoivakodissanne.

Vastaajien määrä: 32

- on niin vähän miehiä, ettei ole kokemusta. Yksi käyttää karvakäsinettä itse-tyydytykseen, onhan sekin viriketoimintaa
- Työntävät pyörätuolia
- hiovat esim. paistinlastoja
- Lähinnä heille itselleen tuttuja tavaroita. Yhdelle tärkeitä on työkalut ja sen kaltaiset esineet. Toinen viihtyy ulkona esim. lumitöissä.
- Miehillä meillä on käytössä auto aiheiset palapelit ja puiset esineet.
- Pallo, kirjat
- Välillä hypistelevät muhveja, mutta vähemmän mitään. Joillakin on tyynyjä tai suurempia puisia älypelejä.
- En oikein osaa sanoa. Muistelua paljon käytetään, mutta miehisiä virike-esineitä ei oikein ole. Esim. vasarat ym. On pois luettuja, ettei vahingoita itseään/muita.
- Ukkokerhon kokoontumiset, keskustelukerho
- Pehmolelut ja palapelit ovat miesten suosiossa.
- Ei ole erityisesti miehille sopivaa..
Kankainen, pehmeä pallo ollut hyvä kommunikaatioesine..
Palapeli, jossa numeroita, fortunapeli miehillä enemmän käytössä
- Palapelit
- MEILLÄ TOSI HUONOSTI MIEHILLE MITÄÄN, VIRIKETOIMINTA YLIPÄÄTÄNSÄ MEILLÄ HEIKKOJA. MEILLÄ KÄY VIRIKETOIMINTAA PITÄMÄSSÄ MUUALTA JOKA TOINEN VIIKKO. KAIVATTAISI EHDOTUKSIA. KIITOS.
- Palapelit, palikat,
- muttereiden erottelua ja takaisin ruuvausta, sahausta hiomista, lattian lakaisua, pihan hoitoa
- Puinen palasista koostuva juna, eräs herra pitää liinojen viikkaamisesta ja toinen lehtien/kirjojen selaamisesta ja kuvien katselusta, vaikei enää lue.
- Miehillä huonosti virike-esineitä. Palapeli, Kimple-peli
- ruuvit, mutterit, avaimet, lehdet, romulaatikot, kukkarot, kesällä lykättävä ruoholeikkuri, harava, vanhat kaukosäätimet.
- Palapelejä
- Sanomalehti
- Ruuvit, mutterit, kulmaraudat, ruuvimeisselit yms. työkalut, puutyökalut ja tarvikkeet.
- Muistipeli, palapeli. Toiminta lauta, jossa eri mallisia palikoita paikallinen, erilaisia muttereita, puuvasara ja tappeja.
- Pallot, urheilukuvat / maatalouskuvat / oikeat autonosat...riippuu asukkaan kunnosta, voi nikkaroida pientä. Ei saa olla "lapsellista", mieluummin vaikka

- valmisosista kasataan linnunpönttö, kun leikitään palikoilla.
- Lumityöt kunnon mukaan. Autokisojen kisakatsomo, sohvasyömistä jne.
- Shakkia, tietovisaa
- Pehmoeläimiä
- Miehet käyttävät teknisesti toimivia esineitä, esimerkiksi ruuvitorni jossa on ruuvitanko johon voi kiertää muttereita. Miehet ovat vaikeasti tavoitettavia virike-esineiden suhteen.
- Lehtien luku. Tv:n katselu. Pelikortit
- Palapelejä, painopeittoa
- Käsillä tekeminen on havaittu erittäin tärkeäksi. Täytyy tietää myös, mitä hän on työkseen tehnyt ja mikä on ollut mieleistä puuhaa, työtä tai tekemistä. Kokeilemalla löytyy. Esimerkiksi työelämässä sähkömiehenä toiminut mies tykkää tehdä käsillään vaativaa työtä, "näpertelyä". Tarvitsee työkaluja, joilla ei kuitenkaan vahingoita ketään tai mitään.
- Pelit, lehdet, musiikki
- Nukkeja

11. Mihin tilanteeseen kaipaisit kehitettävän uutta "virike-esinettä"?

Tässä voit kertoa halutessasi myös muuta, muistisairaiden "virike-esineisiin" liittyvää.

Vastaajien määrä: 29

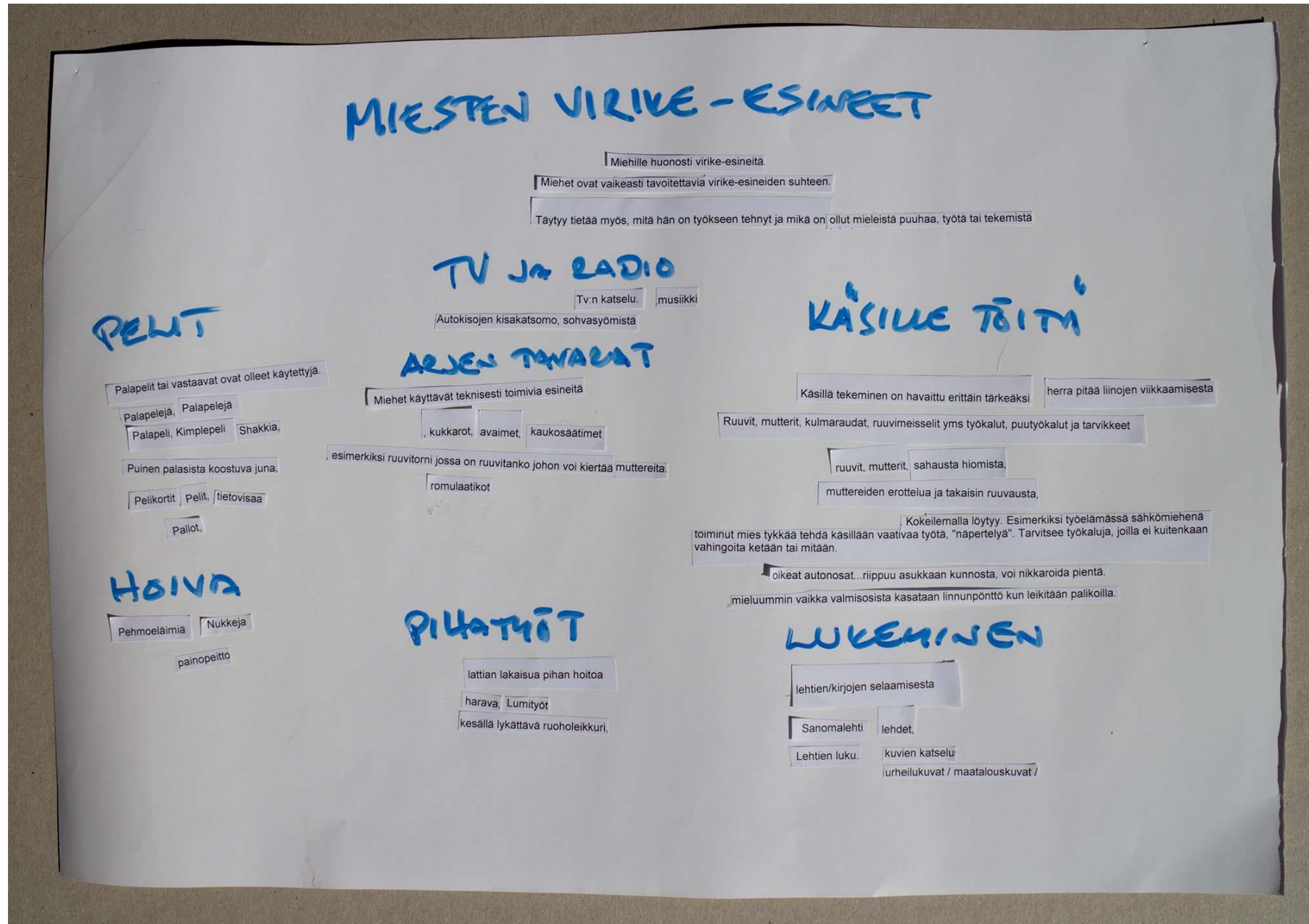
- kaikkea mahdollista voi käyttää, yksilöllisesti, eri ihmiset kaipaavat erilaisia
- Lelu joka sopisi miehille. Siitä tulisi ääntä ja olisi pyöritettäviä osia, ei kuitenkaan saisi irrota(osa). Esim. joku työkalu.
- Lähinnä asukkaiden rauhoittamiseen hyviä "keinoja".
- Kaipaisin tavalliseen arkeen liittyviä esineitä ja palapelejä jotka olisivat helppoja mutta eivät lapsille tarkoitettuja. Hypistelymuhvin tapaisia esineitä koska kaikille pehmolelut eivät ole mielekkäitä eivätkä osaa niitä pajata eikä täten saa hellyyttä ja turvaa mitä monet pehmoleluista saa.
- Yleiseen oleiluun tai miksei jopa ruokailun helpottamiseksi/siihen keskittymiseen helpottamiseksi
- Päivittäiseen elämään sisältöä tuomaan
- Tyhjiin hetkiin kun ei syödä tai nukuta, ei uudenaikaisia "virikerobotteja" vaan vanhanaikaisen oloisia hilavitkuttimia
- Hoitotoimien sujuvuuteen.
- Virike-esineen eri nimitys.
- Sana virike, viittaa häkkikanoihin.
- Enemmän vaikka hyvinvointia tukeva tai virkistystoiminta.
- Uusi esine voisi kehitellä muisteluun.
- Rauhoittamaan esim. levotonta, kotiin kaipaavaa tai karkailunhaluista asukasta.
- Jotain järjestettävää esim. miehille työkalupakin tyyppinen..
- Pehmeä iso yksinkertainen eläinhahmo isoilla silmillä ja korvilla :)
- Meillä otetaan pyykin viikkaamiseen asukas mukaan. Joillekin tosi mieluisaa.
- Palapelit tai vastaavat ovat olleet käytettyjä.
- Zemppiä 'keksinnöllesi' :)
- MUISTISAIRAIDEN VIRIKE- ESINEISIIN. KAIKENLAISIIN

- Eri ryhmätilanteissa käytettäväksi.
- puuhalaatikoita, joissa paljon erilaista hypisteltävää
- arjen valjastaminen viriketoimintaan
- Muhvit eivät ainakaan meidän yksikössämme toimineet kuin yhdellä tai kahdella naisella muutamaa otteeseen. Esineet mitkä antavat käsille tekemistä ja hieman pähkäiltävää tuntuvat toimivan parhaiten, kuten lapsille suunnattavat mikä menee mihin kohtaan lautapelit, jotain aikuisversiota voisi kehittää enemmän tai vastaavaa.
- Miehillä suunnattuja virikehetkiin rakennuspalikoita, -pelejä.
- miesten työkalupakki, vaarattomaksi tehtyjä työkaluja
- valokuvien hyödyntäminen jotenkin ettei niitä saa revittyä tai kasteltua - eli kätevät albumit
- Kun asiakas on levoton tai piristykseen. Liinaa meillä taittelivat kuin vaatteita eivät muuten hypistelleet sitä tai napittaneet nappia eikä letittäneet. On eri vaiheissa olevia muistisairaita.
- Miehillä sopivia/suunnattuja. Tärkeää olisi, ettei muistuta lasten leluja.
- Miehillä oma esine, hypistelyt yleensä naisellisia. Turvallinen, koska miehet aggressiivisia joskus.
- Käytöshäiriöisten muistisairaiden elämää rauhoittamaan. Esim. hoitotoimenpiteiden yhteydessä tuomaan turvallisuuden tunnetta.
- Tilanteisiin jolloin muistisaira tarvitsevat virikettä, mutta se ei ole sillä hetkellä mahdollista kuin esineen/lelun avulla.
- Hyvä että virikesan on "" Pöytään liina tai esiliinaksi tai tyynympäällinen syli-tyynyyn jossa erilaisia neppareita,
- taskuja, vetoketjuja ja solmittavia naruja yms.
- Miehillä erityisesti suunniteltuja virikkeitä. Aisteja kokonaisvaltaisesti herätteleviä virikkeitä, myös maku-, haju, kuulo- ja näköaisteja.
- Käsitöihin, käsien toimintakyky saattaa olla heikentynyt ja entinen harrastus saattaa olla vaikeaa tai mahdotonta.
- Helppokäyttöiset, toimintakyvyn huomioivat esim. neulontatyöt tms. Isot, hyvin käteen sopivat puikot tai virkkuukoukku. Jonkinlainen miesten työkalusetti, jolla voisi tehdä nikkaritöitä, valmisosia. Tekemisen pitäisi olla suhteellisen helppoa ohjata, jos ei ole erikseen "viriketoiminnan" ohjaajaa (usein ei ole) niin hoitajien aika toiminnan järjestämiseen on melko olematon. Esineiden tulisi olla kestäviä, helposti käyttöönotettavia, helposti säilytettäviä. Onnistumisen kokeminen on tärkeää ikäihmiselle. Myös arkiaskareet ja osallistuminen ovat tärkeitä.
- Miehet ovat aina suuri kysymysmerkki millä toiminnolla mielekästä virikettä heille keksisi.
- Pesutilanteisiin jotain virikettä, mitä voisi pitää kädessä suihkun aikana.
- Muistelukortit tukevasta materiaalista missä vanhan ajan tavaroiden kuvia esim. Keinutuoli.
- Monet "virike-esineet" ovat lelumaisia ja jokseenkin lapsellisia. Toivoisin laajempaa valikoimaa ikää ja aikuisuutta kunnioittavien välineiden kentälle, esim. muistelun välineeksi.
- Entinen työntekijämme valmisti hypistelymuhvien sijaan hypistelykirjoja. Sivut tehty paksusta pahvista, erilaisilla (näköisillä ja tuntuksilla) kankailla päällystettynä. Joka sivulla erilaista hypisteltävää; Naruja, nappeja, vetoketjuja,

isoja avaimia, taskuja, tarroja jne.

- Parhaita ovat helposti esiin otettavat mm pelit ja taikahiekka. Luonnonmateriaalit kuten oksat, kukat, varvut ja sammal ovat olleet suosittuja ja niitä on helppo hyödyntää vuodenaikojen mukaan. Sairauden loppuvaiheessa oleville on vaikeampi löytää virikkeitä. Olen etsinyt cd:tä missä olisi pelkkää lintujen laulua ja luonnon ääniä mm metsä huminaa ja aaltoja mutta olen löytänyt vain semmoisia missä on myös musiikkia tai puhetta.
- Pesutilanteisiin soveltuva? Muistisairas voi olla pesutilanteessa aggressiivinen ja näin hänen huomio kiinnittyisi muuhun ja uskoisin sen rauhoittavan vanhusta ja hoitotilannetta.

LIITE 3 Kyselytutkimuksen avointen kysymysten luokittelu: Miesten käyttämät virike-esineet



LIITE 4 Tilanteet joihin virike-esinettä kaivataan

[illegible]

LIITE 5 Haastattelututkimuksen kysymykset

SeAMK
Hanna Peltotupa
hanna.peltotupa@seamk.fi
040-8418386

28.2.2016

Haastattelututkimus

Haastattelun kesto on noin puoli tuntia ja se kuvataan videolle vastausten tallentamiseksi.

Haastattelu on luottamuksellinen: Mitään nimiä tai tunnistettavia tietoja ei tule Theseuksessa julkaistavaan tutkimukseen ja videonauhoitus hävitetään vastaustietojen kirjaamisen jälkeen.

Taustakysymykset

Haastateltavan "nimimerkki": _____

Työn kuva hoivakodissa: _____

Työkokemus muistisairaiden parissa: _____ vuotta

Haastattelukysymykset

- 1) Mitä erityistarpeita on muistisairaille ikäihmisillä?
 - a) Muistisairauden ajan ja paikantajun hämärtymisen vaiheessa
 - b) Muistisairauden toistuvien liikkeiden vaiheessa
 - c) Muistisairauden sisäänpäin kääntymisen vaiheessa
- 2) Mitä "virike-esineitä" on hoivakodissanne yllä mainituissa vaiheissa olevien muistisairaiden käytössä?
 - a) Naisten käyttämät
 - b) miesten käyttämät
- 3) Mitä ongelmia on tällä hetkellä käytettävien "virike-esineiden" kanssa?
- 4) Mitä puuttuu, mikä tilanne tarvitsisi "virike-esineen" tuomaa tukea yllä mainituissa muistisairauden vaiheissa?
- 5) Mitä on huomioitava "virike-esineen" suunnittelussa, sen käytön kannalta?

LIITE 6 Haastattelun litteroidusta materiaalista muodostettu käsitekartta

